

La psychologie positive pour devenir un leader positif

Objectifs de formation

- Utiliser des outils de psychologie positive pour se transformer en tant que leader positif, et mettre en œuvre un management bienveillant.
- Être un leader positif pour développer son bien-être et le bien-être de ses collaborateurs au travail

Objectifs pédagogiques

- Définir la psychologie positive et découvrir comment elle permet de développer une posture de leader positif

- Explorer les émotions positives et leur impact dans le travail
- Identifier les pouvoirs de la gratitude pour le management
- Découvrir l'apport de l'optimisme dans le management et devenir un leader optimiste
- Identifier ses forces de caractère et les utiliser dans son management

Durée : 02 jours -14 heures

Mise à jour le : 8 juin 2026

Présentiel : Présentiel ou Classe virtuelle

Tarifs :

1400 €

Dates :

Les 03 et 04 Décembre 2026

Les 04 et 05 Mars 2027

Les 05 et 06 Aout 2027

Prérequis

- Aucun

Public

- Toute personne en situation d'encadrement

Programme

J1 (demi-journée) :

– Les leviers de la psychologie positive pour un management bienveillant :
Motivation, styles explicatifs, gratitude, forces de caractère et intelligence émotionnelle
– Leviers de bien-être au travail :
Outils quotidiens pour les managers et leurs équipes pour développer le bien-être

J2 (demi-journée) :

– Cultiver les émotions positives au travail :
Impact sur la persévérance, la résilience, l'atteinte des objectifs et la créativité
Développer son intelligence émotionnelle : conscience et régulation des émotions
– Les pouvoirs de la gratitude :
Impact de la gratitude dans le bien-être
Développer des pratiques de gratitude au sein de l'entreprise

J3 (demi-journée) :

– Les apports de l'optimisme au travail
Comment mieux utiliser l'optimisme au travail ?
Se servir des styles explicatifs pour l'accompagnement des collaborateurs
– Devenir un leader optimiste
Se changer soi pour accompagner son équipe

J4 (demi-journée) :

– Les forces de caractère
Identifier ses forces de caractères
Manager avec les forces de caractère

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et pratiques
- Exercices d'applications construits à partir des informations transmises par le commanditaire
- Travail en sous-groupe
- Document de synthèse remis à l'issue de la formation

- Matériel : aucun

Modalités d'évaluation des acquis

- En amont de la formation : recueil des attentes, réunion de cadrage
- Pendant la formation : Test, QCM, cas pratiques, mises en situation
- En aval de la formation : évaluation à chaud, évaluation à froid.

Financement

- OPCO sous conditions
- Entreprise
- Individuel

Dates et horaires

- Intra-entreprise en concertation avec l'entreprise
- Inter-entreprises, selon planning de formation ORDIA
- Horaires de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30

Le bâtiment est accessible aux personnes à mobilité réduite (PMR), pour tout autre handicap, nous contacter pour mise en place des moyens de compensation. Les services proposés sont accessibles à tous sous couvert :

- que l'information soit transmise suffisamment en amont aux équipes afin de permettre la mise en place des moyens de compensation
- que les moyens de compensation n'appartenant pas au centre puissent effectivement être mis en place (interface de communication…)
- que la formation envisagée soit compatible avec le handicap.

Référent handicap et personnel sensibilisé

Prévention des ruptures de parcours en formation

- Création d'un climat bienveillant et inclusif dès le démarrage pour favoriser l'implication de chacun.
- Identification des niveaux et besoins individuels afin d'adapter le rythme et les explications (tour de table).
- Méthodes pédagogiques variées (démonstrations, cas pratiques, échanges collectifs) pour maintenir l'attention et l'intérêt.
- Questions fréquentes de la part de l'intervenant/e et valorisation des apports des participant·e·s pour renforcer l'engagement.
- Temps de reformulation ou appui individuel si nécessaire afin d'éviter le décrochage.