

PSYCHOLOGIE POSITIVE

Cycle de conférences

L'étude scientifique des processus et conditions qui amènent au fonctionnement optimal des individus, groupes et institutions.

INTRODUCTION À LA PSYCHOLOGIE POSITIVE

Le bonheur, c'est quoi, c'est quand, c'est comment ?

L'argent fait-il le bonheur ? L'adaptation hédonique, un frein à notre épanouissement. Les grands courants de la psychologie positive. Idées-reçues sur le bonheur. Les outils pratiques issus de la psychologie positive.



ÉDUCATION POSITIVE

Pour une enfance heureuse et un avenir réussi !

Quels sont les ingrédients essentiels pour réussir sa vie ? Les idées-reçues dans l'éducation positive. Les secrets bien gardés d'une éducation réussie.



LE COUPLE AMOUREUX

Je t'aime mais comment le faire bien ?

Les fausses croyances sur les relations amoureuses. Mars et Vénus : une arnaque ? Les ingrédients pour un couple épanoui. Les langages de l'amour.



LE MONDE VA BIEN !

Quelle belle époque, n'est-ce pas ?

Une vision optimiste ou réaliste de l'état du monde ? Une conférence qui devrait vous faire du bien et vous faire aimer le monde dans lequel vous vivez... et en toute objectivité !



LES ÉMOTIONS

Scoop : Trump n'a pas de hautes compétences émotionnelles ! Et vous ?

Faut-il écouter son cœur ou sa raison ? À quoi sert-il de développer ses compétences émotionnelles ? Faut-il éviter les émotions négatives ?



1 CONFÉRENCE = 1 À 3 HEURES (650.- CHF)

Cycle de conférence dès 400.- CHF

CERVEAU & ESPRIT CRITIQUE

Cycle de conférences

Quand l'eau courbe un bâton, ma raison le redresse (La Fontaine)

MON CERVEAU ME PIÈGE !

Vous croyez être raisonnable, et pourtant, votre cerveau vous berne !

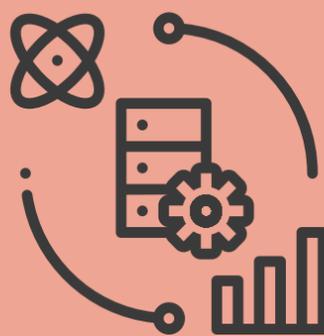
Les 3 systèmes de la réflexion. Les biais cognitifs. La force de la maîtrise de soi et de la capacité d'inhibition. Pourquoi est-on persuadée que les guérisseurs et autres thérapeutes énergétiques sont efficaces ?



L'ESPRIT CRITIQUE ET MOI

Qu'est-ce que l'esprit critique et la méthode scientifique ?

Mieux évaluer les informations - Connaître enfin ce qu'est la science et la méthode scientifique pour construire des connaissances solides - Apprendre où trouver de l'information solide.



DÉCORTIQUER UNE PSEUDOSCIENCE

L'exemple de l'homéopathie. On y croit... et pourtant, ça ne marche pas.

... Oui mais avec moi ça marche!

Histoire de l'homéopathie - État de la recherche sur son efficacité - Effet placebo et contextuel - Conséquences néfastes de l'adhésion à l'homéopathie ou à une pseudoscience



FAKE NEWS ET AUTRES BALIVERNES

Assassinat en direct de grandes idées reçues

La construction des balivernes - Pourquoi est-ce si tentant d'y adhérer et si difficile de les déconstruire ? - Outils de zététique pour être plus éclairée - La pensée New Age est à nos portes : l'énergie quantique nous guette ! - Qu'est-ce qu'une preuve ?



GÉNIAL ! J'AI UNE FILLE !

Les questions d'un père pour faire grandir sa fille dans un monde sexiste et pour éduquer son fils à être un homme féministe bien dans ses baskets

Comment l'éducation privilégie les garçons... pendant que les filles réussissent mieux ! - Le coût de la virilité - Et l'écriture inclusive impossible à lire... on fait quoi avec ça ?



NEW

1 CONFÉRENCE = 1 À 3 HEURES (650.- CHF)

Cycle de conférence dès 400.- CHF

PSYCHOLOGIE POSITIVE

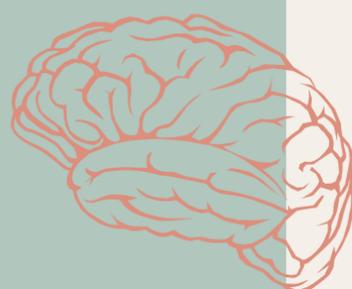
Ateliers

L'étude scientifique des processus et conditions qui amènent au fonctionnement optimal des individus, groupes et institutions.

BRAIN ARCHITECTURE GAME

Qui construira l'enfant avec le meilleur cerveau ?

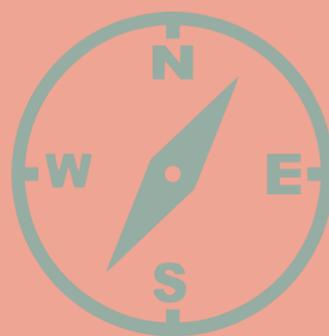
Ce jeu, conçu à Harvard, nous invite à construire un cerveau d'enfant durant les 12 premières années de sa vie. Quels sont les événements favorisant ou toxiques pour son développement ? Vous apprendrez des faits surprenants et vous amuserez en même temps.



LE COMPAS BIEN-ÊTRE

Plus jamais tu n'abandonneras tes résolutions

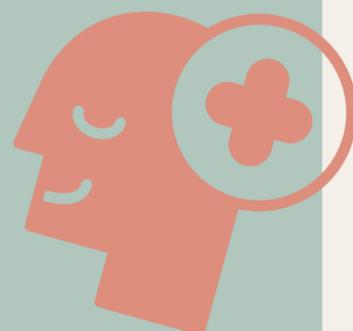
En 6 ateliers, tu apprends comment changer réellement et définitivement. Le CBE mobilise les connaissances en psychologie positive, l'exercice, la nutrition et le sommeil pour favoriser le changement positif et durable.



DÉVELOPPER L'OPTIMISME

Avec une simple tarte aux pommes

2 outils venant de M. Seligman, le précurseur de la psychologie positive : la tarte et l'outil de dédramatisation. Ils permettent de développer chez l'adulte et l'enfant un trait optimiste.



LES ATELIERS D'ÉDUCATION POSITIVE

Être de meilleurs parents pour des meilleurs enfants...

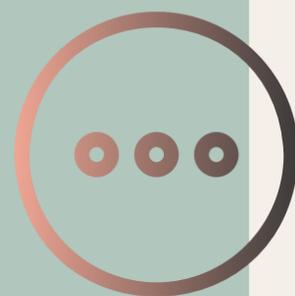
... et surtout, sans se prendre la tête ni se mettre de pression. Ces ateliers visent à mettre en pratique les connaissances scientifiques sur le développement optimal de l'enfant, tout en acceptant les difficultés inhérentes à la parentalité.



SUR DEMANDE

Autres thèmes possibles de conférences et ateliers

La gratitude - les forces de caractère - les 4 piliers de l'apprentissage - l'attention - les fonctions exécutives et la mémoire - la motivation - l'expérience optimale
Les médecines alternatives - le paranormal - l'histoire de la rationalité



1 ATELIER = 1 À 3 HEURES (650.- CHF)

Cycle d'ateliers dès 400.- CHF