

**Crédits: 9**

## Présentation

### En bref

Le bien-être dans les institutions éducatives constitue un enjeu grandissant puisqu'il a des répercussions sur tous les individus y évoluant, que ce soit en ce qui a trait à l'exercice des professions en éducation, aux apprentissages des élèves et à l'instauration d'environnements éducatifs bienveillants.

La psychopédagogie du bien-être constitue un nouveau champ d'étude en sciences de l'éducation, qui se définit par l'intégration de la psychologie positive et de la pédagogie dont l'objet concerne le développement du bien-être, l'épanouissement et le fonctionnement optimal chez les individus évoluant dans diverses situations pédagogiques, du préscolaire à l'université. Elle permet de considérer le milieu de l'éducation sous un angle nouveau, en offrant des moyens concrets pour effectuer les changements nécessaires à la réalisation d'un plein potentiel pour les individus, les groupes et les organisations.

Ce programme s'adresse aux acteurs des centres de la petite enfance, des milieux scolaires préscolaire, primaire et secondaire, aux intervenants des milieux collégial et universitaire ainsi qu'à ceux des divers organismes ou institutions d'éducation. Il répond ainsi aux nombreux besoins manifestés par les milieux, afin de favoriser la mise en œuvre d'environnements éducatifs bienveillants où l'on promeut le bien-être et l'épanouissement des individus dans une approche humaniste.

### Objectifs du programme

#### Objectifs généraux

La psychopédagogie du bien-être vise le développement global de l'apprenant par l'intégration d'interventions pédagogiques bienveillantes, planifiées ou spontanées, favorisant l'appropriation de stratégies propices à l'atteinte d'un équilibre émotif, cognitif, psychosocial et physique.

L'objectif général ce programme permettra de développer des connaissances théoriques et pratiques en psychopédagogie du bien-être afin d'introduire un changement orienté vers l'autonomisation (empowerment) des individus pour améliorer les milieux éducatifs.

#### Objectifs spécifiques

- D'enrichir ses connaissances issues de la recherche en psychopédagogie du bien-être en explorant le champ de la psychologie positive ;
- De développer des systèmes de représentations, des paradigmes et des pratiques alimentées d'une approche humaniste en éducation ;
- De réfléchir et mobiliser ses connaissances théoriques à sa propre expérience professionnelle pour initier des changements favorisant son bien-être et son développement optimal en contexte de travail ;
- D'accompagner les autres dans ce processus de changement pour favoriser de meilleurs environnements éducatifs.

## Admission

### Trimestre d'admission et rythme des études

Automne, hiver et été.

Veillez prendre note qu'exceptionnellement, le programme ne sera pas ouvert aux admissions à l'été 2022.

Ce programme est offert à temps partiel.

---

Conditions d'admission

### Études au Québec

Base universitaire

Détenir un baccalauréat en enseignement, en éducation ou tout autre programme connexe au domaine obtenu avec une moyenne cumulative d'au moins 2,8 sur 4,3 (ou l'équivalent).

Base expérience

Une personne sans diplôme universitaire pourrait être admise si elle possède une expérience pertinente et récente d'une durée minimale de 3 ans. Le candidat qui ne possède pas toutes les connaissances requises pour accéder au programme pourra se voir imposer des cours d'appoint (maximum de 9 crédits) ou l'obligation de réussir un programme de propédeutique.

### Études hors Québec

Ce programme n'est pas offert aux candidats de l'international.

## Structure du programme et liste des cours

A moins d'indication contraire, un cours comporte trois (3) crédits.

### Cours obligatoires (6 crédits)

EDU6031 Psychopédagogie du bien-être : les concepts et les fondements  
PPG6009 Identité professionnelle positive et bien-être au travail (EDU6031)

### Cours optionnels (3 crédits)

#### L'étudiant choisit un cours parmi les deux cours suivants (3 crédits) :

PDG6030 Accompagnement et intervention auprès des élèves en psychopédagogie du bien-être (EDU6031)  
PDG6031 Accompagnement et interventions auprès des professionnels en psychopéd. du bien-être (EDU6031)

## Autres renseignements

### Description des activités

#### EDU6031 Psychopédagogie du bien-être : les concepts et les fondements

Développer des connaissances dans le champ de la psychologie positive, de l'éducation positive et de la psychopédagogie du bien-être. Mieux comprendre les avancées scientifiques à ce sujet, notamment les concepts clés dans ce domaine, tels que les modèles de bien-être, les forces de caractère et le talent, la psychopédagogie du bien-être et ses fondements, la bienveillance, etc., spécifiquement contextualisés au domaine de l'éducation. Comprendre les enjeux psychosociaux et les idéologies éducatives qui interviennent dans l'élaboration d'environnements éducatifs bienveillants. Réfléchir à des moyens concrets d'intervention pour initier un changement favorable au développement d'une santé mentale positive menant au bien-être et à l'épanouissement des individus.

Présentation des concepts relatifs à la psychologie positive et à la pédagogie : les visions du bien-être (hédonique et eudémonique), les types de bien-être (psychologique, social, subjectif, physique), le flow, les forces de caractère, les approches pédagogiques en éducation, les stratégies d'apprentissage, éthique de la sollicitude et interdépendance positive, etc. Définition de la psychopédagogie du bien-être et des concepts spécifiques liés à ce champ, ainsi qu'au diverses idéologies sur lesquelles il s'appuie : humanisme, constructivisme et socioconstructivisme.

L'activité est évaluée à l'aide des mentions "S" (succès) et "E" (échec).

#### PDG6030 Accompagnement et intervention auprès des élèves en psychopédagogie du bien-être (EDU6031)

Développer un agir compétent afin d'accompagner les élèves ou les étudiants à ressentir du bien-être en contexte éducatif. Planifier et réaliser des activités pédagogiques dans un environnement favorisant le bien-être et la bienveillance, en accord avec les fondements psychopédagogiques et les compétences visées par les programmes éducatifs. Incarner des valeurs et attitudes de bienveillance pour favoriser le climat d'apprentissage. Intégrer et véhiculer les concepts de la psychologie positive dans la gestion de la vie scolaire. Être un professionnel inspirant dans son milieu de travail. Intervenir efficacement dans son milieu pour initier un changement significatif liés à une approche humaniste en contexte éducatif par l'établissement d'un esprit de

---

concertation au sein d'une équipe pédagogique. Concevoir des outils pour favoriser l'apprentissage du bien-être et la découverte des forces et des talents.

Approfondissement des concepts liés à la psychologie positive et à la psychopédagogie du bien-être. Introduction aux moyens concrets à mettre en place pour favoriser le bien-être par des concepts comme la gratitude, les forces de caractère, la vitalité, la neuroplasticité, les compétences socioémotionnelles et des pratiques telles que la pleine conscience, la cohérence cardiaque ou le yoga.

**PDG6031 Accompagnement et interventions auprès des professionnels en psychopéd. du bien-être (EDU6031)**

Développer un agir compétent afin d'accompagner des professionnels à ressentir du bien-être en contexte éducatif. Planifier et réaliser des activités pour les aider à évoluer positivement dans l'exercice de leurs fonctions en accord avec les fondements psychopédagogiques du bien-être. Incarner des valeurs et attitudes de bienveillance pour favoriser un meilleur climat de travail. Intégrer et véhiculer les concepts de la psychologie positive dans la gestion de la vie professionnelle. Être un professionnel inspirant et motivant dans son milieu de travail. Intervenir efficacement dans son milieu pour initier un changement significatif liés à une approche humaniste en contexte éducatif par l'établissement d'un esprit de concertation au sein d'une équipe pédagogique. Concevoir des outils pour favoriser l'apprentissage du bien-être et la découverte des forces et des talents pour un meilleur épanouissement professionnel.

Approfondissement des concepts liés à la psychologie positive et à la psychopédagogie du bien-être. Introduction aux moyens concrets à mettre en place pour favoriser le bien-être par des concepts comme la gratitude, les forces de caractère, la vitalité, la neuroplasticité, les compétences socioémotionnelles, la motivation, la passion du travail, l'approche appréciative et des pratiques telles que la pleine conscience, la cohérence cardiaque ou le yoga.

**PPG6009 Identité professionnelle positive et bien-être au travail (EDU6031)**

Approfondir et maîtriser les concepts du cours EDU6031 Psychopédagogie du bien-être : les concepts et les fondements. Réfléchir aux processus cognitifs contribuant au développement d'une identité professionnelle qui permet de préserver une santé mentale positive. Développer des représentations personnelles et sociales et suivre leur évolution. Favoriser l'interprétation d'expériences de travail en les appuyant sur un corpus théorique actuel. Introduire les apprenants aux concepts de professionnalisation et de construction identitaire en contexte de travail. Réfléchir à des moyens qui favorisent la persévérance, la résilience et la motivation face aux défis quotidiens. Mise en oeuvre d'une approche réflexive axée sur les forces psycho-individuelles et collectives des apprenants afin d'analyser leurs expériences professionnelles au regard des connaissances issues de la recherche, pour développer un agir compétent favorisant le processus d'autonomisation (empowerment). Élaboration d'un sens de la profession en explorant ses propres croyances et ses valeurs au profit du bien-être au travail et du développement d'une approche axée sur les forces et les talents. Explorer des moyens pour favoriser la persévérance dans les professions de l'éducation.

Approfondissement de concepts relatifs au bien-être au travail, le modèle dualiste de la passion, le «grit», le développement du capital psychologique pour supporter le processus d'autonomisation (empowerment), le concept de sécurité psychologique et de communication bienveillante. Introduction aux concepts de professionnalisation, professionnalité, représentations personnelles et sociales de leur profession, définition de soi sur le plan professionnel. La motivation par les modèles de l'autodétermination et de l'autoefficacité au travail ainsi que de la mentalité de croissance au service de l'épanouissement professionnel. Exploration d'un agir compétent au service de la psychopédagogie du bien-être.

L'activité est évaluée à l'aide des mentions "S" (succès) et "E" (échec).