

Certificat de spécialisation du CNAM :

Psychologie existentielle et accompagnement des transitions professionnelles et de vie

CS12500A

Une formation permettant aux psychologues d'acquérir de nouvelles compétences liées aux théories et méthodes existentielles. Des compétences pouvant être valorisées dans plusieurs domaines professionnels (santé, travail, éducation...).

Un diplôme d'établissement du Cnam, reconnu par les organisations publiques et les entreprises, tourné vers les applications pratiques et la maîtrise de nouveaux outils.

Responsable : Jean-Luc BERNAUD, professeur des universités : jeanluc.bernaud@lecnam.net

Gestionnaire du diplôme : Christine Pineau : christine.pineau@lecnam.net

Objectifs du certificat de spécialisation

Ce nouveau diplôme est le premier d'un établissement public d'enseignement supérieur en France à former à la psychologie existentielle et ses applications. Il s'inscrit dans la tradition instaurée par Carl Rogers, Abraham Maslow, Rollo May..., poursuivie par de nombreux auteurs (Yalom, Frankl, Wong...) et renouvelle ces perspectives à la lumière des recherches récentes et des outils et méthodes applicables dans une pratique professionnelle. Il permet de valoriser un nouveau champ de compétences, celui d'un.e psychologue existentiel.le en mesure d'accompagner des transitions de vie ou professionnelles, et de favoriser le dépassement des crises de l'existence pour aider à une vie authentique et pleine de sens.

Conditions d'accès au certificat de spécialisation

Posséder un master en psychologie, quelles que soient la spécialité et l'établissement. L'admission se fait par une commission pédagogique sur la base d'un dossier de candidature. Les admissions sont prononcées au fil de l'eau. Le dossier de candidature peut être téléchargé en ligne : inetop.cnam.fr

Perspectives professionnelles

Ce nouveau diplôme a été développé en partenariat avec l'AFPE (Association Française de Psychologie Existentielle), fondée en 2018 et qui est la société savante de référence dans le domaine. L'AFPE mène des actions visant au développement de la psychologie existentielle et édite un annuaire des professionnel.les du domaine (<https://sites.google.com/view/association-afpe>). Ce diplôme permet à des psychologues d'acquérir des compétences nouvelles pour les intégrer à leur pratique et enrichir les prestations existantes ou développer de nouvelles prestations :

- ✓ Proposer des prestations d'accompagnement (individuelles ou collectives) permettant d'accompagner et de dépasser des crises existentielles tout au long de la vie,
- ✓ Développer des prestations de conseil innovantes, intégrant le sens du travail et de la vie et le dépassement de dilemmes professionnels,
- ✓ Concevoir des prestations de développement du leadership et du management existentiel pour améliorer le fonctionnement des organisations,
- ✓ Proposer des ateliers thématiques sur des nouvelles thématiques : accompagnement à la retraite, dépassement du burnout, accompagnement à l'éco-anxiété, accompagnement des migrant.es, développement du sens de l'école ou de la formation...
- ✓ Pour les psychologues clinicien.nes et psychothérapeutes, intégrer des méthodes ouvrant vers une pratique de thérapie existentielle.

Dates de la formation (2025-2026)

En distanciel : 7 journées de novembre 2025 à janvier 2026 (voir emploi du temps).

En présentiel à Paris : 1 semaine en février, mars et juillet 2026 (voir emploi du temps)

Méthodes pédagogiques

- Cours et conférences présentant les principaux concepts et recherches,
- Etude de cas réelles,
- Mises en situation permettant de découvrir et pratiquer des outils concrets en psychologie existentielle : questionnaires psychométriques, méthodes de bilan, pratiques d'entretien, utilisation de carnets de bord, pratiques de jeux sérieux, usage de jeux de cartes, animation de groupe, films et vidéos, etc.
- Travail sur la posture professionnelle,
- Mémoire professionnel à réaliser sur une intervention originale.

Contenu et organisation de la formation

Code	Intitulé de l'unité d'enseignement
USPS20	Cadres de référence de la psychologie existentielle et des transitions professionnelles et de vie
USPS21	Méthodes, outils et pratiques professionnelles de la psychologie existentielle
UAPS10	Analyse de pratiques et élaboration d'un mémoire professionnel

Demandes d'information : pour toute demande concernant la formation, l'élève se réfère en premier lieu au.à la responsable de l'unité d'enseignement concernée en présentant sa demande par écrit.

Assiduité : Les unités demandent une assiduité d'au moins 70% pour être validés. Si un.e élève doit être absent.e à plus de 30% d'une unité d'enseignement quel que soit le motif, l'unité considérée ne pourra pas être validée pour l'année en cours.

Cadres de référence de la psychologie existentielle et des transitions professionnelles et de vie

- **USPS20** -

Responsable : Jean-Luc Bernaud.

Cette unité permet de comprendre les concepts, théories et modèles de la psychologie existentielle. L'origine historique et les principaux courants et auteur.es sont analysés, en lien notamment avec la philosophie existentialiste. Des concepts comme la spiritualité, le sens de la vie et du travail, les transitions, les âges de la vie... sont approfondis. L'unité est complétée par un cycle de conférences internationales de différents pays (Inde, Danemark, Tunisie, Brésil, Autriche, Canada) afin de bénéficier de regards croisés.

Modalité d'enseignement : cours en journée (9h30 à 16h30) à distance (42h)

Modalité de validation : examen sur table.

Méthodes, outils et pratiques professionnelles de la psychologie existentielle

- USPS21 -

Responsable : Lin Lhotellier.

Cette unité met l'accent sur les méthodes et outils, leurs usages, leurs pratiques : pratiques d'entretien existentiel (phénoménologie et herméneutique) et de counseling, utilisation d'échelles psychométriques, mise en place d'ateliers, emploi de méthodes qualitatives, jeux sérieux, études de cas.

Modalité d'enseignement : cours en journée (9h30 à 16h30) en présentiel (72h)

Modalité de validation : dossier.

Analyse de pratiques et élaboration d'un mémoire professionnel

- UAPS10 -

Responsable : Manon Pouliot.

L'objectif ici est de choisir une thématique/problématique liée à la psychologie existentielle et aux transitions de l'existence et à la mettre en pratique (mise en place d'une nouvelle prestation, étude de cas, enquête, analyse des effets d'une intervention...). La pratique et le mémoire font l'objet de temps d'analyse et d'un suivi lors des séances de regroupement et d'une soutenance devant un jury.

Modalité d'enseignement : cours en journée (9h30 à 16h30) en présentiel (18h)

Modalité de validation : soutenance d'un mémoire devant un jury.

Modalités de formation

L'équipe pédagogique et les ressources à disposition des élèves

De nombreux.ses enseignant.es et professionnel.les interviennent dans la formation. Les enseignant.es-chercheur.euses font partie de laboratoires de recherche de niveau international, notamment le CRTD (centre de recherche sur le travail et le développement – crtid.cnam.fr).

Les élèves ont accès à de nombreuses ressources documentaires spécialisées dans les domaines de l'orientation scolaire et professionnelle, la psychologie du travail, la psychologie de l'enfant et de l'adolescent, l'ergonomie et les métiers de la formation avec la bibliothèque du site Gay Lussac (<https://bibliotheques.cnam.fr>) et le centre de documentation sur la formation (CDFT) du Cnam (<http://cdft.cnam.fr>)

Des formations de méthodologie de la recherche documentaire sont proposées. Le centre de ressources en orientation Thierry Boy possède des instruments psychométriques, de nombreux tests et questionnaires et des logiciels pour l'évaluation psychologique et l'aide à la prise de décision, ainsi que des méthodes éducatives dans le champ de l'orientation scolaire et professionnelle.

Tarifs 2024-2025 et modalités d'inscription (sous réserve d'actualisation en 2025-2026)

Tarifs individuels : 1980 euros

Tarifs entreprise ou organisme : 3960 euros

- ➔ Informations sur les possibilités de financement : www.cnam-paris.fr/financer-formation/
- ➔ Demande de devis : par_jemontemonprojet@lecnam.net

Contenus pédagogiques détaillés

Cadres de référence de la psychologie existentielle et des transitions professionnelles et de vie

- USPS20 -

Cadres de référence de la psychologie existentielle

Enseignant : Jean-Luc Bernaud, professeur en psychologie au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : La psychologie existentielle est d'abord définie puis située par rapport à d'autres sous-disciplines et disciplines proches, notamment dans une perspective intégrative. Elle est ensuite présentée sous l'angle de son développement historique et de sa filiation. Puis une cartographie des auteur.es, réseaux, courants et écoles de pensée, concepts, et méthodes permettra de bien en situer l'esprit et l'identité. Les principales recherches, applications et pratiques dans une perspective internationale seront exposées, suivies par un bilan portant sur les limites de l'approche existentielle mais aussi les forces et bénéfiques pour le genre humain.

Compétences visées : avoir une vue d'ensemble de la psychologie existentielle, ses cadres de référence et ses applications. Être capable d'avoir un regard critique sur cette approche, sa valeur et ses limites. Situer et savoir rechercher de l'information sur les courants, réseaux professionnels et de recherche, auteur.es et méthodologies. Identifier les thèmes traditionnels et innovants de la psychologie existentielle. Savoir trouver et lire un texte en psychologie existentielle. Découvrir les principales opportunités en termes d'applications, de pratiques, d'outils et de méthodes.

Références :

- Allport, G., Feifel, H., Maslow, A., May, R., & Rogers, C.R. (1971). *Psychologie existentielle*. Editions Epi.
- Batthyany, A. & Russo-Netzer, P. (2014). *Meaning in positive and existential psychology*. Springer.
- Bernaud, J.-L. (2018). *Introduction à la psychologie existentielle*. Dunod.
- Bernaud, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle. Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.
- Greenberg, J., Koole, S. L., & Pyszczynski, T. (2004). *Handbook of experimental existential psychology*. Guilford Press.
- Jacobsen, B. (2007). *Invitation to existential psychology*. Jon Wiley.
- May, R. (1958). *Existence. A new dimension in psychiatry and psychology*. Simon & Schuster.
- Schulenberg, S. E. (2016). *Clarifying and furthering existential psychotherapy. Theories, methods, and practices*. Springer.
- Van Deurzen, E. (2012). *Existential Counselling & Psychotherapy in Practice*. Sage.
- Wong, P. T. P. (2012). *The human quest for meaning. Theories, research, and applications*. Routledge.

L'émerveillement : ses composantes et son développement

Enseignant : Jean-Luc Bernaud, professeur en psychologie au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : l'émerveillement correspond à un état émotionnel et à une thématique innovante de la psychologie existentielle. Elle consiste en une ouverture différente au monde afin de regarder l'environnement avec étonnement, émotion et enthousiasme, ce qui a pour conséquence un développement de l'épanouissement personnel. Après avoir défini l'émerveillement, ses composantes seront décrites à travers l'expérience d'émerveillement et les effets qu'elle peut avoir sur le développement des personnes. Les aspects interventionnels seront abordés à partir de quelques techniques d'induction de l'émerveillement pouvant être utilisées dans des entretiens individuels ou des ateliers collectifs. Cette thématique fera le lien avec l'art, le rapport à la nature, les activités physiques et sportives, les relations sociales et la vie professionnelle, dans une perspective inspirante pour soi et pour autrui.

Compétences visées : comprendre ce qu'est l'émerveillement et comment l'utiliser dans une perspective interventionnelle. Appliquer et utiliser des outils d'induction de l'émerveillement pour aider les personnes à cultiver cette ressource.

Références :

- Bethelmy, L. C., & Corraliza, J. A. (2019). Transcendence and sublime experience in nature: Awe and inspiring energy. *Frontiers in Psychology, 10*, Article 509.
- Hansen, F. T., & Admunson, N. (2009). Residing in silence and wonder: career counselling from the perspective of 'being'. *International Journal of Educational and Vocational Guidance, 9*, 31-43.

- Rivera, G. N., Vess, M., Hicks, J. A., & Routledge, C. (2020). Awe and meaning: Elucidating complex effects of awe experiences on meaning in life. *European Journal of Social Psychology, 50*(2), 392–405.
- Sheprow, E., & Harrison, S. H. (2022). When regular meets remarkable: Awe as a link between routine work and meaningful self-narratives. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 170*, Article 104139.
- Yaden, D. B., Iwry, J., Slack, K. J., Eichstaedt, J. C., Zhao, Y., Vaillant, G. E., & Newberg, A. B. (2016). The overview effect: Awe and self-transcendent experience in space flight. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice, 3*(1), 1-11.
- Yaden, D. B., Kaufman, S. B., Hyde, E., Chirico, A., Gaggioli, A., Zhang, J. W., & Keltner, D. (2019). The development of the Awe Experience Scale (AWE-S): A multifactorial measure for a complex emotion. *The Journal of Positive Psychology, 14*(4), 474–488.

Comprendre, analyser, développer la nostalgie

Enseignant : Jean-Luc Bernaud, professeur en psychologie au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : alors que traditionnellement la nostalgie a été associée à une émotion délétère, les travaux de ces deux dernières décennies ont permis de découvrir les vertus de cultiver la nostalgie. La nostalgie est le plaisir ou la tristesse provoqué par les souvenirs de quelque chose du passé et le souhait de pouvoir les vivre de nouveau (Sedikides & Wildschut, 2018). De nombreuses démonstrations expérimentales ont pu affirmer l'impact de la nostalgie sur la construction de sens de la vie. La nostalgie (tournée vers le passé) et la nostalgie anticipée (anticipation de se sentir nostalgique des expériences de vie actuelles ou à venir) seront examinées dans la perspective de mener des interventions pratiques. Il sera ainsi envisagé d'aider des personnes à cultiver leur nostalgie dans une perspective de développement.

Compétences visées : comprendre quelles sont les différentes formes de nostalgie, en repérer les manifestations, identifier les effets de la nostalgie sur les personnes. Mener un entretien ou un atelier visant à utiliser la nostalgie comme ressource pour ouvrir la personne à sa propre histoire et à son vécu expérientiel.

Références :

- Frankenbach, J., Wildschut, T., Juhl, J., & Sedikides, C. (2021). Does neuroticism disrupt the psychological benefits of nostalgia? A meta-analytic test. *European Journal of Personality, 35*(2), 249–266.
- Hepper, E. G., Wildschut, T., Sedikides, C., Robertson, S., & Routledge, C. D. (2020, March 19). Time Capsule: Nostalgia Shields Psychological Wellbeing From Limited Time Horizons. *Emotion*. Advance online publication.
- Juhl, J., Wildschut, T., Sedikides, C., Xiong, X., & Zhou, X. (2020, April 16). Nostalgia Promotes Help Seeking by Fostering Social Connectedness. *Emotion*. Advance online publication.
- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2018). Finding meaning in nostalgia. *Review of General Psychology, 22*(1), 48–61.

Fondamentaux de la philosophie existentialiste

Enseignant : Philippe Cabestan, professeur de philosophie en classes préparatoires

Contenu et objectifs pédagogiques : Que signifie exister ? Afin de répondre à cette question, il n'est pas inutile de faire un peu d'histoire de la philosophie et de revenir à l'œuvre de Søren Kierkegaard (1813-1855) comme à celles de Karl Jaspers (1883-1969), de Martin Heidegger (1889-1976) ou de Jean-Paul Sartre (1905-1980). Chemin faisant, nous tenterons de redéfinir les concepts fondamentaux de l'existentialisme que sont les concepts de transcendance, de facticité, de liberté, d'angoisse, d'être-pour-la mort, d'authenticité. Nous comprendrons ainsi qu'un existant n'est pas un être vivant et qu'il se distingue par un mode d'être spécifique que l'on résume parfois à l'aide d'une formule empruntée à Sartre : l'existence précède l'essence.

Compétences visées : maîtriser la signification de quelques concepts fondamentaux de la philosophie existentialiste et pouvoir les utiliser adéquatement dans la réflexion sur la vie professionnelle.

Références :

- Heidegger, M. (1992). Lettre sur l'humanisme. Aubier Mouton.
- Sartre, J.-P. (1996). *L'Existentialisme est un humanisme*. Gallimard.
- Cabestan, P. (2019). *La philosophie de Sartre*. Vrin.

Questions existentielles posées par les âges de la vie

Enseignant : Christian HESLON, professeur de psychologie et Directeur de l'École de Psychologues Praticiens de l'ICP (Paris et Lyon)

Contenu et objectifs pédagogiques : Ce cours montre en quoi les âges de la vie, en tant que lieu d'inscription du temps dans le corps individuel et le corps social, sont au cœur de grandes questions existentielles : rapport au temps et à la mort, épreuves et apprentissage, intériorité et physicalité, transmission et transformation de l'héritage, relations aux générations ascendantes et descendantes, sens de la vie et authenticité.

Compétences visées : Connaître quelques-uns des principaux auteurs en philosophie et psychologie des âges de la vie. Repérer les enjeux épistémiques, heuristiques et ontologiques des principaux concepts utilisés par ces auteurs

Références :

Heslon, C. (2021). *Psychologie des âges de la vie adulte. Vie plurielle et quête de soi*. Dunod.

Montaigne, M. de (v. 1580). *Les essais*. Robert Laffont.

Tavoillot, P-H., & Deschavane, E. (2007). *Philosophie des âges de la vie*. Grasset.

Spiritualité dans la vie et le travail

Enseignant : Nicolas Roussiau, professeur en psychologie sociale à l'Université de Nantes

Contenu et objectifs pédagogiques : Définir et présenter les travaux scientifiques autour du concept de spiritualité. Une partie méthodologique abordera la question des échelles (mesure) de la spiritualité religieuse, explicite et implicite. Seront présentés des résultats sur spiritualité (religieuse, indépendante, athée ...) et santé (physique et mentale). Une attention particulière sera portée au monde professionnel (avec une analyse critique) et au concept d'intelligence spirituelle. Des recherches récentes sur transitions professionnelles et intelligence spirituelle concluront l'intervention.

Compétences visées : Identifier des ressources individuelles, présentation d'outils, mise en perspective et regard critique sur l'utilisation du terme « spiritualité ».

Références :

Abdel Halim, L., Ameline, A., & Roussiau, N. (2019). Adaptation et validation francophone d'une l'échelle de la spiritualité au travail. *Revue de psychologie du travail et des organisations*, 26(2), 129-145.

Bellehumeur, C.R., & Malette, J. (2019). *Psychologie positive et spiritualité en psychothérapie*. PUL.

Roussiau, N. & Renard, E. (2021). *Psychologie et spiritualité : fondements, concepts et applications*. Dunod.

Roussiau, N., Ameline, A., Bicchéri, E., & Renard, E. (2022). La spiritualité implicite : un apport à l'étude de la spiritualité en psychologie existentielle. *Pratiques psychologiques*, sous presse.

Virat, M. & Verba, D. (2022). *Les spiritualités dans le travail socio-éducatif*. Eres.

Le sens du travail : Théories du sens et mécanismes adaptatifs

Enseignante : Caroline Arnoux-Nicolas, psychologue, maître de conférences en psychologie à l'Université de Paris-Nanterre

Contenu et objectifs pédagogiques : Cet enseignement vise à fournir des repères théoriques sur le concept de sens du travail d'un point de vue psychologique. Des définitions et présentations de modèles permettront de se saisir de ce concept. Des illustrations par des recherches offriront une meilleure compréhension des notions, en particulier en quoi le sens au travail fonctionne comme un mécanisme adaptatif couvrant ses effets sur la santé au travail, le bien-être professionnel, la performance, la fidélisation, l'engagement.... Les déterminants et facteurs de croissance du sens du travail pourront également être exposés. Des exemples et cas concrets seront présentés en illustration.

Compétences visées : appréhender et comprendre le concept du sens du travail d'un point de vue psychologique, sensibilisation à ce qui peut être mis en place pour le favoriser dans une organisation et dans l'accompagnement des personnes confrontées à des transitions.

Références :

Allan, B. A., Batz-Barbarich, C., Sterling, H. M., & Tay, L. (2019). Outcomes of meaningful work: A meta-analysis. *Journal of Management Studies*, 56(3), 500-528.

Arnoux-Nicolas, C. (2019). *Donner un sens au travail. Pratiques et outils pour l'entreprise*. Dunod

- Lee, M. C. C., Idris, M. A., & Delfabbro, P. H. (2017). The linkages between hierarchical culture and empowering leadership and their effects on employees' work engagement : Work meaningfulness as a mediator. *International Journal of Stress Management*, 24 (4), 392 – 415.
- Rosso, B. D., Dekas, K. H., & Wrzesniewski, A. (2010). On the meaning of work: A theoretical integration and review. *Research in organizational behavior*, 30, 91-127.
- Steger, M. F., Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2012). Measuring meaningful work: The work and meaning inventory (WAMI). *Journal of Career Assessment*, 20(3), 322-337.

Les entretiens existentiels

Enseignant : Jean-Luc Bernaud, professeur en psychologie au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : différentes formes d'entretiens sont envisageables dans la perspective de la psychologie existentielle : entretiens de recherche et entretiens d'application, et ce dans différents domaines (transitions professionnelles, thérapies, counseling,...). Cet enseignement a pour objectif d'identifier, d'analyser et de comparer différentes pratiques d'entretien existentiels. Il permettra de distinguer notamment les courants de l'entretien socratique, la phénoménologie et l'herméneutique. Une illustration pratique sera fournie avec l'utilisation d'un jeu de cartes numérique centré sur l'appropriation du sens de sa vie.

Compétences visées : être en capacité de repérer et de comprendre les différents courants ayant contribué aux pratiques d'entretiens existentiels. Savoir utiliser ces points repères pour constituer et enrichir une pratique professionnelle. Utiliser une méthode de tri de cartes basé sur les « constructs » de Kelly pour faire émerger les significations des choix de vie.

Références :

- Bartholomew, T. T., Gundel, B. E., Li, H., Joy, E. E., Kang, E., & Scheel, M. J. (2019). The meaning of therapists' hope for their clients: A phenomenological study. *Journal of Counseling Psychology*, 66(4), 496-507.
- Bernaud, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle. Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.
- Bernaud, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., & Moreau, F. (2020). *Psychologie de l'accompagnement. Concepts et outils pour développer le sens de la vie et du travail*. Dunod.
- Grondin, J. (2003). *Le tournant herméneutique de la phénoménologie*. Presses Universitaires de France.
- Heiniger, L. E., Clark, G. I., & Egan, S. J. (2018). Perceptions of Socratic and non-Socratic presentation of information in cognitive behavior therapy. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 58, 106-113.
- Mardani-Hamooleh, M., & Heidari, H. (2017). Cancer patients' effort to return to normal life: A hermeneutic study. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 31(2), 351-358.
- Ricoeur, P. (1969). *Le conflit des interprétations. Essai d'herméneutique*. Editions du seuil.

Transitions professionnelles et de vie et crises de l'existence

Enseignante : Emmanuelle Vignoli, professeure des universités au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : Après avoir rapidement défini le processus émotionnel, le cours consistera à présenter quelques résultats issus de travaux empiriques sur le partage social des émotions et le rôle des émotions dans l'anticipation des transitions de vie et professionnelles.

Compétences visées : Développement de connaissances sur la fonction des émotions et leur régulation dans les transitions.

Références :

- Luminet, O., Grynberg, D., & Sander, D. (2021). *Psychologie des émotions : Concepts fondamentaux et implications cliniques*. De Boeck.
- Parmentier, M., Pirsoul, T., Bouchat, P., & Nils, F. (2022). Emotional anticipation of the school-to-work transition: A multigroup latent profile analysis. *The Career Development Quarterly*, 70(4), 284-299.
- Philippot, P. (2011). *Emotion et psychothérapie*. Mardaga.
- Restubog, S.L., Ocamp A.C.G., & Wang, L. (2020). Taking control amidst the chaos: Emotion regulation during the COVID-19 pandemic. *Journal of Vocational Behavior*, 119.
- Rimé, B. (2015). *Le partage social des émotions*. PUF.

Théories du sens et développement du bien-être : le sens de la vie et le bien-être

Enseignant : Laurent Sovet, maître de conférences en psychologie à l'Université Paris Cité

Contenu et objectifs pédagogiques : Cet enseignement vise à fournir des repères théoriques sur le concept de sens de la vie dans une approche psychologique et ses effets sur le bien-être. Le bien-être sera abordé en distinguant le bien-être subjectif, le bien-être psychologique et le bien-être physique. Après avoir apporté une clarification conceptuelle sur chaque terme, les effets du sens

de la vie sur le bien-être mental et le bien-être physique seront discutés et étayés en s'intéressant notamment aux mécanismes sous-jacents.

Compétences visées : Comprendre les notions de sens de la vie et de bien-être dans une approche psychologique. Comprendre les effets du sens de la vie sur le bien-être mental et physique.

Références :

- Arnoux-Nicolas, C., & Sovet, L. (2022). Introduction au numéro thématique « Sens et bonheur : Regards pluriels sur deux concepts en débat ». *Sciences & Bonheur*, 7, 8–12.
- Sovet, L. (2021). Sens de la vie et bonheur : Quels liens conceptuels ? In F. Lemaire, & A.-S. Hocquet (Éds.), *Penser et construire le bonheur : Regards croisés* (pp. 185–195). Mare & Martin.
- Steger, M. F. (2017). Meaning in life and wellbeing. In M. Slade, L. Oades, & A. Jarden (Eds.), *Wellbeing, recovery, and mental health* (pp. 75–85). Cambridge University Press.

Cycle de conférences internationales :

L'accompagnement au sens pour les migrants au Danemark en situation de transition de vie et professionnelle

Conférencière : Inger-Lise Petersen, maître de conférences à l'Université de Copenhague (Danemark)

Contenu et objectifs pédagogiques : Cette conférence présente un modèle d'intervention d'orientation professionnelle existentielle en cinq étapes pour les groupes de jeunes réfugiés et migrants. Il vise à soutenir les réflexions et les expériences sur les façons de développer une vie signifiante.

Compétences visées : Repères, méthodes et outils pratiques pour travailler avec des groupes de jeunes réfugiés et de migrants en orientation professionnelle existentielle.

Références :

- Bernaudo, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C. & Moreau, F. (2020). *Psychologie de l'accompagnement*. Dunod.
- Elez, T. (2014). Restoring Hope: Responding to Career Concerns of Immigrant Clients. *The Canadian Journal of Career Development/Revue canadienne de développement de carrière*, 13(1), 32-45.
- Lengelle, R., Hughes, D., & Hambly, L. (2020). The Healing Muses: Research, Theory and Practice of Creative Methods in Guidance and Counselling. *British Journal of Guidance & Counselling*, 48(1), 1-4.
- Petersen, I. L., Mariager-Anderson, K., Patillon, T.-V., & Bernaudo, J.-L. (2022). Existential career guidance for groups of young refugees and migrants: a Danish initiative, *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 22, 511–529.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. Basic Books.

Faire un travail qui a du sens. L'expérience canadienne - française.

Conférencière : Estelle M. Morin, psychologue et professeure titulaire, HEC Montréal (Canada)

Contenu et objectifs pédagogiques : Ayant une population vieillissante, dispersée sur un des plus grands territoires du monde, le Canada est confronté à une grave pénurie de main-d'œuvre. Dans ce contexte, les employeurs deviennent de plus en plus conscients de la nécessité d'organiser et de gérer le travail pour promouvoir la qualité de vie et le bien-être des travailleurs. À cela s'ajoutent les prises de conscience faites durant la pandémie de la valeur du travail et en particulier, du sens du travail. Nos recherches sur le sujet ont permis de distinguer le sens du travail – à savoir, le travail réel, l'organisation et la coordination des tâches quotidiennes – du sens au travail, c'est-à-dire les interactions et les relations que le travail engendre. L'un et l'autre contribuent à transformer l'identité personnelle et à renforcer la santé. Récemment, nous avons identifié les pratiques de management qu'il faudrait encourager pour aider les personnes à donner un sens à leur travail. Deux exemples seront donnés pour illustrer notre programme, le premier dans les directions des services et des établissements scolaires et le deuxième, dans une entreprise du secteur de l'aéronautique.

Compétences visées : Comprendre les composantes du sens du travail (sensation, signification, orientation à trois niveaux – subjectif, collectif et objectif). Savoir différencier le sens du travail du sens au travail et comprendre l'importance de cette différence pour la santé mentale et

l'engagement. Connaître les caractéristiques d'un travail qui a du sens et les pratiques de management associées.

Références :

- Blustein, D. L., Lysova, E. I., & Duffy, R. D. (2023). Understanding Decent Work and Meaningful Work. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10, 1.
- Costin, V., & Vignoles V.V. (2022). What Do People Find Most Meaningful? How Representations of the Self and the World Provide Meaning in Life. *Journal of Personality*, 90, 541-558.
- Morin, E. M., & Falque, L. (2023). Six Pratiques À Encourager Pour Donner Du Sens Au Travail. *Gestion*, 48, 2.
- Mouton, A. (2023). Hope and Work: From the Pandemic to Possibility, Purpose, and Resilience. *Current opinion in psychology*, 49, 101550.

Les problématiques existentielles au Brésil pour les étudiants en transition vers l'âge adulte

Conférencière : Luciana Dutra, maître de conférences en psychologie à l'Université fédérale de Bahia (Brésil)

Contenu et objectifs pédagogiques : Présenter les problématiques existentielles des jeunes brésiliens, étudiants à l'université ou pas. Travailler ces problématiques dans le contexte brésilien, caractérisé par une richesse culturelle, une ouverture et une expressivité émotionnelle mais aussi aborder les défis en termes d'inégalités sociales et de violences urbaines.

Compétences visées : intervention du sens de la vie en contextes difficiles. Maîtrise du concept d'adulte émergent.

Références :

- Aquino, T. A. A., Alves, A. C. D., de Aguiar, A. A., & de Oliveira Refosco, R. F. (2011). Sentido da vida e conceito de morte em estudantes universitários: um estudo correlacional. *Interação em Psicologia*, 14(2), 233-243.
- De Jesus, M. C., Dutra-Thomé, L., & Pereira, A. S. (2022). Developmental assets and positive youth development in Brazilian university students. *Frontiers in psychology*, 13, 977507.
- Rodriguez, S. N., Dutra-Thomé, L., & Koller, S. H. (2021). What do you really want? Change in goals and life satisfaction during Emerging Adulthood in Brazil. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 30-36.
- Young, R. A., Marshall, S. K., Wilson, L. J., Green, A. R., Klubben, L., Parada, F., Polak, E. L., & Zhu, M. K. S. (2015). Transition to Adulthood as a Peer Project. *Emerging Adulthood*, 3(3), 166-178.

Sens de l'orientation professionnelle et questions existentielles chez les jeunes en transition vers le premier emploi : cas de la Tunisie.

Enseignante : Samia Ben Youssef, maître de conférences en psychologie à l'Université de Tunis (Tunisie)

Contenu et objectifs pédagogiques : La conférence présentera les particularités du contexte socioéconomique et culturel de la Tunisie et les caractéristiques de ses jeunes en transition vers le premier emploi afin de saisir le sens des questions existentielles qui émergent durant cette étape de la vie. L'idée est d'exposer certaines approches et méthodes de la psychologie existentielle et d'en proposer d'autres intégrant la composante culturelle pour une utilité dans l'accompagnement existentiel vers le premier emploi.

Compétences visées : Evaluer et comprendre une crise existentielle selon le contexte socioculturel. Accompagner les crises existentielles durant les transitions vers le premier emploi.

Références :

- Ben Youssef Mnif, S. (2022). Le bonheur au carrefour des conceptions occidentales et arabo-musulmanes : Caractéristiques, différences et impacts empiriques. *Sciences & Bonheur*, 7, 13-34.
- Joshanloo, M. (2018). Optimal human functioning around the world: A new index of eudaimonic well-being in 166 nations. *British Journal of Psychology*, 109, 637-655.
- Sultana, R. G. (2017). *Career Guidance and Livelihood Planning Across the Mediterranean: Challenging Transitions in South Europe and the Mena Region*. Sense Publishers.
- Saeed, A. (2006). *Islamic thought: An introduction*. Routledge.
- Wong, P. T. P. (2010). Meaning therapy: An integrative and positive existential psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 40(2), 85-99.

Approches du sens de la vie en Inde

Conférencière : Mariya Jivinskaya, maître de conférences en psychologie à l'Université de New-Dehli, (Inde)

Contenu et objectifs pédagogiques : Après avoir présenté les spécificités du contexte éducatif indien et les caractéristiques les plus centrales dans le choix d'études et de carrière des étudiants (importance du prestige, attentes des parents, rôles des hommes et des femmes...), nous explorerons les particularités de la construction du sens dans le contexte indien. La deuxième partie de la présentation explorera la perspective culturelle et spirituelle plus large existant en Inde en ce qui concerne la vie, le sens, la satisfaction à l'égard de la vie et la perception du bonheur, avant de présenter plusieurs résultats de recherche examinant ces aspects chez les étudiants indiens. Enfin, la dernière partie explorera sous l'angle du sens un phénomène indien très étudié lié aux étudiants en ingénierie qui connaissent des niveaux de stress élevés et des taux de suicide importants.

Références :

- Deb, S., Thomas, S., Bose, A., & Aswathi, T. (2020). Happiness, meaning, and satisfaction in life as perceived by Indian university students and their association with spirituality. *Journal of Religion and Health, 59*, 2469-2485.
- Latha, K. S., Sahana, M., Mariella, D., Subbannayya, K., & Asha, K. (2013). Factors related to life satisfaction, meaning of life, religiosity and death anxiety in health care staff and students: A cross sectional study from India. *Online Journal of Health and Allied Sciences, 12*(2), 1-7.
- Hashim, I. H. M., & Karupiah, P. (2022). Happiness and Meaning in Life Among Indian Female University Students. In: Karupiah, P., Fernandez, J.L. (Eds.) *A Kaleidoscope of Malaysian Indian Women's Lived Experiences*. Springer.
- Yadav, R., & Khanna, A. (2014). Impact of spirituality on stress: With the special reference of engineering students of Indian Institute of Technology. *Research on Humanities and Social Sciences, 4*(25), 29-35.

La psychothérapie existentielle en Europe et la contribution nouvelle de l'Analyse Existentielle.

Conférencier : Alfried Längle, psychiatre, Vienne (Autriche)

Contenu et objectifs pédagogiques : Cette contribution décrira les formes de psychothérapies existentielles dans les pays de langue allemande et dans quelques autres pays en Europe et leurs développements récents. La présentation se focalisera sur les spécificités de l'analyse existentielle comme élément central de la psychothérapie existentielle en Europe centrale et de l'est.

Compétences visées : Connaître la psychothérapie existentielle en Europe et connaître les spécificités de la plus grande école en Europe.

Références :

- Kriz, J. (2014). *Grundkonzepte der Psychotherapie*. Beltz-Verlag.
- Frankl, V. (2021). *Découvrir un sens à sa vie grâce à la logothérapie*. Edition de l'homme.
- Längle, A. (2003). The Search for Meaning in Life and the Fundamental Existential Motivations. *Psychotherapy in Australia, 10*, 1, 22-27.
- Längle, A. (2021). *Existenzanalyse und Logotherapie*. Kohlhammer – Reihe Psychotherapie kompakt.

Méthodes, outils et pratiques professionnelles de la psychologie existentielle - USPS21 -

Pratique de la psychométrie en psychologie existentielle

Enseignant : Laurent Sovet, maître de conférences en psychologie à l'Université Paris Cité

Contenu et objectifs pédagogiques : Cet enseignement vise à présenter des repères sur les tests psychométriques et leurs usages en psychologie existentielle. Les qualités psychométriques seront abordées dans le cadre de la théorie classique des tests (TCT). Plusieurs points critiques dans le choix d'un test psychométrique seront examinés au regard de la finalité poursuivie, du public visé, du construit psychologique ciblé et du cadre de l'intervention. Plusieurs illustrations seront proposées.

Compétences visées : Comprendre les grands principes de la psychométrie. Savoir choisir et utiliser un test psychométrique

Références :

- Bernaud, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle : Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.

- Bernaudo, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., de Maricourt, P. (Éds.) (2019). *Sens de la vie, sens du travail : Pratiques et méthodes de l'accompagnement en éducation, travail et santé*. Dunod.
- Brandstätter M., Baumann, U., Borasio, G. D., & Fegg, M. J. (2012). Systematic review of meaning in life assessment instruments. *Psycho-Oncology*, 21, 1034–1052.

Chômage, préoccupations existentielles et indécision de carrière : quel accompagnement mettre en œuvre ?

Enseignants : Dominique Gelpe, Paul de Maricourt & Edouard Mérigaud, Animateurs du réseau des psychologues du travail de Pôle emploi Nouvelle-Aquitaine, Ile-de-France et Bretagne.

Contenu et objectifs pédagogiques : La situation de chômage est propice à un questionnement sur le rapport à sa vie et au travail, entre logique de continuité, aspiration au changement et incertitude face à l'avenir, qui peut conduire certaines personnes à perdre tout repère quant à la direction à donner à un projet d'emploi. Cette problématique existentielle se révélant au chômage sera illustrée à partir de l'analyse de vignettes cliniques (1^{ère} partie). Des modalités de conseil et d'accompagnement prenant pour objet ces préoccupations existentielles seront mises en pratique (2^{ème} partie).

Compétences visées : Savoir identifier et analyser les enjeux psychologiques existentiels qui caractérisent les situations de chômage. Savoir adapter et mettre en œuvre une approche existentielle dans le conseil et l'accompagnement de demandeurs d'emploi

Références :

- Bernaudo, J.-L., Lhotellier, L., L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., & Moreau, F. (2020). *Psychologie de l'accompagnement. Concepts et outils pour développer le sens de la vie et du travail*. Dunod.
- Bernaudo, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., & de Maricourt, P. (2019). *Sens de la vie, sens du travail. Pratiques et méthodes de l'accompagnement en éducation, travail et santé*. Dunod.
- Bernaudo, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle*. Dunod.
- Lecomte, J. (2007). *Donner un sens à sa vie*. Odile Jacob.
- Malrieu, P. (2003). *La construction du sens dans les dires autobiographiques*. Erès.

Pratique des entretiens existentiels

Enseignant : Arthur Durif Meunier, psychologue, psychothérapeute

Contenu et objectifs pédagogiques : Il s'agira, au cours de cet enseignement, d'identifier de bonnes pratiques permettant, lors des entretiens existentiels : de favoriser l'émergence de sens, de faciliter son appropriation et d'amener à l'engagement. Pour ce faire, nous aurons recours à des outils, vidéos et cas cliniques qui nous permettront d'expérimenter concrètement l'exercice de l'entretien existentiel.

Compétences visées : Dans ce cours nous aborderons différentes notions comme : le cadre et la posture du psychologue existentialiste, la place de la nuance et son équilibre avec le doute ainsi que des méthodes d'entretien et de questionnement.

Références :

- Deleuze, G. (2014). *Nietzsche et la philosophie*. PUF.
- Rogers, C. (2005). *Le développement de la personne*. Dunod
- Saint-Exupéry, A. (1999). *Le petit prince*. Gallimard.
- Yalom, I. (2018). *L'art de la thérapie*. Livre de Poche.
- Yalom, I. (2019). *Thérapie Existentielle*. Livre de Poche.

Entretiens phénoménologiques

Enseignante : Laura Maupetit, psychologue

Contenu et objectifs pédagogiques : Comprendre les méthodes de recherche et d'intervention en psychologie existentielle. Apporter à des professionnels de la santé les bases de la technique de l'entretien phénoménologique. Il sera important d'appréhender cette méthode de recherche en articulant les temps de théorie et ceux de la pratique. Ainsi, nous nous exercerons à mettre en lumière les structures de l'expérience vécue d'un sujet à travers une situation dialogique réfléchissante.

Compétences visées : Acquérir les concepts de cette approche qualitative (les étapes). Acquérir les techniques et postures spécifiques pour pratiquer un entretien de type phénoménologique.

Références :

- Antoine, P., & Smith, J. A. (2017). Saisir l'expérience : Présentation de l'analyse phénoménologique interprétative comme méthodologie qualitative en psychologie. *Psychologie Française*, 62(4), 373-385.
- Bernaudo, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle*. Dunod.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2022). *Interpretative Phenomenological Analysis— Theory, Method and Research*. Sage.
- Le roman *La Nausée* de Sartre, l'ouvrage *L'Être et le Néant*

Accompagner l'éco-anxiété (EA)

Enseignant : Pierre-Eric Sutter, psychologue, psychothérapeute, enseignant à l'École des Psychologues Praticiens et à l'Université Catholique d'Angers

Contenu et objectifs pédagogiques : ce cours commencera par un rapide état des lieux des problèmes environnementaux et écologiques, scientifiquement documentés, qui causent l'EA et posent la question de la dégradation des conditions d'une vie bonne, voire d'une vie tout court. Ce cours exposera ensuite le processus d'entrée en EA. Enfin, il sera abordé le processus d'accompagnement permettant de sortir de l'EA et de rechoisir ses perspectives existentielles.

Compétences visées : connaissances des enjeux environnementaux, aperçu concernant la collapsologie et la solastalgie. Définition, référentiel nosographique et outil diagnostique fondé sur la recherche. Appropriation de la "courbe de l'éco-anxiété", rendant compte du processus d'entrée et de sortie en EA.

Références :

- Hogg & al., (2021). The Hogg Eco-Anxiety Scale: Development and validation of a multidimensional scale *Global Environmental Change*, 71.
- Sutter, P.-E., Steffan, L. & Michot, D., (2023). Quand travailler rend éco-anxieux. In d'Hombres E. & Rezzesi R. (dir.), Dossier Entre agir et pâtir. Formes et sens du travail aujourd'hui. *Confluence, Sciences & Humanités*, 3, 139-164.
- Sutter, P.-E., Steffan, L., & Michot, D., (2020). *Effondrement du monde : quel engagement professionnel ?* *Gestion 2000*, 37(1), 261-290.
- Cary, P., Garnoussi, N., & Le Lann, Y. (2022) *Questionner l'effondrement*. Presses Universitaires du Septentrion.
- Sutter, P.-E., & Chamberlin, S. (2023). *Bien vivre son éco-anxiété*. Gereso.
- Sutter, P.-E., & Steffan, L. (2020). *N'ayez pas peur du collapse*. Desclée de Brouwer.

Accompagnement en logothérapie

Enseignantes : Nathalie Haberman et Claire Du Peloux, psychologues

Contenu et objectifs pédagogiques : Ce cours propose une initiation à la logothérapie, à travers une présentation de la biographie de Viktor Frankl, de son anthropologie et des méthodes de la logothérapie. Il s'agira de présenter sa vision de l'homme en quête de sens, ou « analyse existentielle », ainsi que la façon dont il la met en pratique dans une approche psychothérapeutique. Ce contenu sera transmis par une alternance d'apports théoriques, et de mises en situation ou études de cas.

Compétences visées : Permettre aux étudiants d'identifier comment l'anthropologie de Viktor Frankl et la logothérapie peuvent être un support utile à l'accompagnement des transitions et des crises existentielles de leurs patients.

Références :

- Bayle, B. (2019). *Soigner ses phobies ou ses TOC par l'intention paradoxale*. Ellipses.
- Frankl, V. (2013). *Nos raisons de vivre - À l'école du sens de la vie*. InterEditions-Dunod.
- Frankl, V. (2013). *Découvrir un sens à sa vie grâce à la logothérapie*. Editions J'ai lu.
- Le Vaou, P. (2006). *Une psychothérapie existentielle - La logothérapie de Viktor Frankl*. L'Harmattan.
- Sarfati, G.-E. (2021). *Manuel d'analyse existentielle et de logothérapie*. Dunod.

Méthodologie du bilan existentiel

Enseignant : Jean-Luc Bernaud, professeur en psychologie au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : le *Bilan existentiel* est un nouvel ensemble d'outils multidimensionnels regroupant les meilleures échelles psychométriques mondiales sur le thème du rapport à l'existence (Bernaud, 2021). Les résultats sont intégrés dans un document de

synthèse original qui offre un bilan global, utile pour mener un entretien avec des adultes dans différents contextes d'intervention : bilan de compétences, coaching, accompagnement aux transitions de vie, accompagnement existentiel, conseil individualisé, suivi psychologique, atelier de développement des ressources psychologiques, accompagnement au sens de la vie et sens du travail, aide à la recherche d'emploi, formation, psychothérapies... Les principales échelles seront présentées, notamment au niveau des travaux français d'adaptation et de validation, puis seront utilisées par les participants dans une perspective pratique.

Compétences visées : savoir utiliser et interpréter des échelles psychométriques en lien avec les thématiques existentielles : sens de la vie, sens du travail, spiritualité, authenticité, anxiété existentielle, sentiment de solitude, ennui. Intégrer ces échelles dans une pratique professionnelle pour aider la personne à se comprendre, engager un processus de changement, mesurer les effets d'une intervention.

Références :

- Bernaud, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle. Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.
- Costin, V., & Vignoles, V. L. (2020). Meaning is about mattering : Evaluating coherence, purpose, and existential mattering as precursors of meaning in life judgments. *Journal of Personality and Social Psychology, 118* (4), 864-884.
- de Jager Meezenbroek, E., Garssen, B., van den Berg, M., Tuytel, G., van Dierendonck, D., Visser, A., & Schaufeli, W. B. (2012b). Measuring spirituality as a universal human experience: Development of the spiritual attitude and involvement list (sail). *Journal of Psychosocial Oncology, 30*(2), 141-167.
- Fahlman, S. A., Mercer-Lynn, K. B., Flora, D. B., & Eastwood, J. D. (2013). Development and validation of the Multidimensional State Boredom Scale. *Assessment, 20*(1), 68-85.
- van Bruggen, V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2017). The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)—Development and initial validation of a new existential anxiety scale in a nonclinical and clinical sample. *Journal of Clinical Psychology, 73*(12), 1692-1703.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: a theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology, 55*, 385-399.

Pratique individuelle et collective du counseling centré sur la personne

Enseignante : Manon Pouliot, psychologue du counseling, chargée d'enseignement et de recherche au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : cette journée de formation se centrera sur l'identification et l'approfondissement des concepts et principes méthodologiques essentiels sur lesquels se fonde la pratique individuelle et collective du counseling centré sur la personne. Elle permettra d'appréhender et mieux comprendre quelques-uns des éléments-clés pour offrir et maintenir un cadre propice lors d'une rencontre individuelle ou en situation de groupe. Cette journée sera l'occasion de mieux identifier et adopter certaines des attitudes d'écoute et de communication fondamentales qui favorisent l'instauration et le développement d'un climat de confiance et la co-construction dans l'accompagnement des transitions professionnelles et de vie. Il y aura alternance de moments de réflexion individuelle et d'échange en binôme et en groupe, de brefs exposés sur les concepts, de moments centrés sur les techniques et habiletés d'écoute, de communication et de structuration de l'approche centrée sur la personne lors de temps de mise en pratique.

Compétences visées : Être davantage attentif.ve à sa posture professionnelle et sa manière d'accueillir et d'écouter les personnes pour leur permettre d'exprimer au mieux ce qu'elles sont venues chercher dans ce moment spécifique de vie. Développer sa capacité à se centrer sur le motif de la démarche engagée par elles pour co-construire une demande et participer à l'élaboration conjointe d'une démarche de transition professionnelle et de vie qui fassent sens pour les personnes accompagnées.

Références :

- Hill, C. E. (2009). *Helping skills - Facilitating exploration, insight, and action* (3rd ed.). Washington, DC: American Psychological Association
- Brown, S. D., & Lent R. W. (Eds.) (2008). *Handbook of counseling psychology*, Part III, Counseling and supervision (pp. 233-354). New York: John Wiley & Sons (4th ed.).
- Egan, G. (2006). *Communication dans la relation d'aide* (2nd ed.). Beauchemin.

- Guillon, V. (2013). L'alliance de travail en psychothérapie, counseling et counseling de carrière. In I. Olry-Louis, V. Guillon, & E. Loarer (Eds.), *Psychologie du conseil en orientation*. De Boeck.
- Rogers, C., (1973). *Les groupes de rencontre*. Dunod.
- Randin, J., Leal, M., Aguet, C., Chabloz, V., & Richter, J. (2014). Aux fondements de l'écoute centrée sur la personne. *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 19, 32-57.
- Randin, J. (2008). Qu'est-ce que l'écoute ? Des exigences d'une si puissante « petite chose ». *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 7, 71-78.
- Tudor, K. (2014). Les conditions thérapeutiques de Rogers : une conceptualisation relationnelle. *Approche Centrée sur la Personne. Pratique et recherche*, 20, 63-85.
- Yalom, I. (2013). *L'art de la thérapie*. Galaade

Méthodes en logothérapie : l'intention paradoxale de Viktor Frankl

Enseignant: Benoît Bayle, psychiatre, logothérapeute, EPS Barthélemy Durand, Etampes

Contenu et objectifs pédagogiques: La logothérapie est une psychothérapie fondée sur la question du sens de la vie. Dans chaque situation concrète de son existence, par-delà les déterminismes qui peuvent le contraindre, l'être humain a toujours la possibilité d'orienter sa vie vers ce qui lui donne un sens. Cette orientation ne se fait pas au hasard. L'être humain est attiré par des valeurs qui guident ses choix, et sa décision prend en compte son aspiration à la liberté et son sens de la responsabilité. Pour accompagner la personne, le logothérapeute s'appuie sur une clinique des valeurs (de vécu, de création et d'attitude), et de leurs conflits sous-jacents. Sa pratique, tournée vers le futur du patient, n'hésite pas à faire appel au dialogue socratique et à l'humour. Cependant, le logothérapeute dispose également de méthodes propres, comme l'intention paradoxale, la dérégulation ou la modulation d'attitude. L'intention paradoxale intéresse le traitement psychothérapeutique de différents troubles, en particulier phobiques et obsessionnels-compulsifs (TOC). Elle consiste à souhaiter sa peur. Le thérapeute explique la méthode à l'aide d'exemples simples. Puis il aide le patient à découvrir l'ensemble des peurs sous-jacentes aux symptômes qu'il présente. Ensuite, il apprend au patient à souhaiter ce qui précisément lui fait peur. Celui-ci soigne alors son propre trouble en appliquant ces mentalisations paradoxales qui ont un effet antagoniste de l'anxiété. Le thérapeute accompagne son patient aux différentes étapes de ce parcours. L'intention paradoxale ne se résume pas à une thérapie d'exposition : elle a des propriétés intrinsèques qui font d'elle un puissant antagoniste de l'anxiété. Pour illustrer cette méthode, nous choisirons un cas clinique de TOC périnatal. L'accès à la parentalité représente une période de transition particulière, qui sollicite notre sens de la responsabilité ; les angoisses parentales sont notamment centrées sur le bébé.

Compétences visées: acquérir les bases nécessaires à la pratique de l'intention paradoxale de Viktor Frankl. Connaître son application en période périnatale, en particulier dans le traitement des obsessions et compulsions.

Références.

- Bayle, B. (2019). *Soigner ses phobies ou ses TOC par l'intention paradoxale*. Ellipses.
- Bayle, B. (2017). *Aide-mémoire de psychiatrie et psychothérapie périnatales*. Dunod.
- Bayle, B. (2016). Clémence et son déni partiel de grossesse. Accompagnement d'une phobie du nourrisson par la logothérapie. In Bayle B. (dir.). *Le déni de grossesse, un trouble de la gestation psychique*. Erès
- Frankl, V. E. (1975). Paradoxical Intention and Dereflection. *Psychotherapy : Theory, Research and Practice*, 12, 226-237.
- Frankl, V. E. (1956). *Theorie und Therapie der Neurosen*. Urban & Schwarzenberg.

Psychologie existentielle et psychiatrie

Enseignant : Pascal Le Vaou, psychiatre des hôpitaux

Contenu et objectifs pédagogiques : Seront évoqués, après un bref rappel sur les philosophies de l'existence et la phénoménologie, les aspects théoriques et pratiques proposés par les principales figures historiques des tenants de la psychothérapie existentielle : en France, Roger Mucchielli ; en Autriche, Viktor Frankl et ses élèves (Elisabeth Lukas, Alfred Längle) ; en Grande-Bretagne (Emilie van Deurzen, Mick Cooper) et aux Etats-Unis (Irvin Yalom). La question de l'intérêt d'une approche psychométrique et des liens avec la troisième vague des thérapies cognitivo-comportementales sera brièvement abordée.

Compétences visées : montrer en quoi les perspectives ouvertes permettent d'aider la personne à mieux affronter les difficultés de l'existence à partir de la liberté et de la responsabilité.

Références :

- Frankl, V. (2013). *Découvrir un sens à sa vie grâce à la logothérapie*. Editions J'ai lu.
 Längle, A. (2016). *Lehrbuch zur Existenzanalyse: Grundlagen*. Facultas.
 Lukas, E. (2004). *La logothérapie : Théorie et pratique*. Pierre Téqui éditeur.
 Sarfati, G.-E. (2021). *Manuel d'analyse existentielle et de logothérapie*. Dunod.
 Van Deurzen, E. (2012). *Existential Counselling & Psychotherapy in Practice*. Sage Publications.

Management existentiel. Management des organisations et raisons d'être des entreprises Enseignante : Mathilde Moisseron-Baudé, maître de conférences en psychologie à l'École des Psychologies Praticiens (EPP)

Contenu et objectifs pédagogiques : Cet enseignement invite les stagiaires à réfléchir sur les manières de conduire une organisation, de la diriger, de la développer sous le prisme du management existentiel. Plaçant en priorité l'humain, soit sa subjectivité au travail, les enjeux pour les organisations sont culturels, stratégiques, structurels, etc. Ce changement de paradigme entraîne une transformation significative "d'être" au travail dont les constats, actions, accompagnements, effets, projections sont relevés au niveau individuel, groupal/communautaire et sociétal.

Compétences visées : Réflexivité critique sur le management des organisations. Capacité à soutenir une vision intégrative (individu/groupe/communauté) pour comparer les théories et les pratiques. Agilité et adaptabilité cognitive, émotionnelle et comportementale pour opérationnaliser le management existentiel.

Références :

- Autissier, D., & Wacheux, F. (2006). *Manager par le sens : les clés de l'implication au travail*. Editions Eyrolles.
 Bernaud, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle : Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.
 Hellriegel, D., & Slocum, J. W. (2006). *Management des organisations*. De Boeck Supérieur.
 Martin-Krumm, C., & Tarquinio, C. (2021). *Grand manuel de psychologie positive : Fondements, théories et champs d'intervention*. Dunod.

Etude de cas en psychologie existentielle

Enseignante : Lise Lenain, psychologue du travail et des organisations

Contenu et objectifs pédagogiques : Ce cours propose une ouverture réflexive vers la pratique en psychologie existentielle. L'objectif est de faciliter l'appropriation des repères théoriques et des méthodes en partageant des récits de cas issus d'accompagnement de transitions professionnelles et de vie. Les différents épisodes d'accompagnement présentés sont mis au service des participants pour interroger le travail réel d'accompagnement et inviter au retour d'expériences partagées.

Compétences visées : Disposer de repères concrets pour conduire un accompagnement en psychologie existentielle. Développer un savoir-faire mobilisable dans la pratique du counseling individuel et collectif

Références :

- Bernaud, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle. Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.
 Bobin, C. (2001). *Ressusciter*. Gallimard.
 Elkaim M. (1989). *Si tu m'aimes, ne m'aime pas*. Seuil.

Leadership inspirant, authentique et existentiel

Enseignante : Caroline Arnoux-Nicolas, psychologue, maître de conférences en psychologie à l'Université de Paris-Nanterre

Contenu et objectifs pédagogiques : Cet enseignement a pour objectif de présenter différents styles de leadership (ex : inspirant, authentique, habilitant, éthique...) permettant à des responsables, managers, leaders d'opinion de développer une perspective favorisant le développement existentiel des personnes et des collectifs et de favoriser leur bien-être. La présentation d'exemples et de cas concrets permettra aux participant.e.s de s'approprier ces concepts ainsi que les pratiques qui y sont associées.

Compétences visées : appréhender et comprendre différents styles de management dans la perspective existentielle, appréhender des pratiques en lien avec ces styles de leadership.

Références

- Algera, P. M., & Lips-Wiersma, M. (2012). Radical authentic leadership: Co-creating the conditions under which all members of the organization can be authentic. *The Leadership Quarterly*, 23, 118–131.
- Autissier, D., Bretonès, D., Jacquillat, E., Martin, D. & Sibieude, T. (2020). *Entreprises à mission et raison d'être: Changer l'entreprise pour un monde plus durable*. Dunod.
- Fry, L. W. (2003). Toward a theory of spiritual leadership. *The Leadership Quarterly*, 14(6), 693–727.
- Janssen, O. (2000). Job demands, perceptions of effort-reward fairness and innovative work behavior. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 73(3), 287-302.
- Walumbwa, F. O., Avolio, B. J., Gardner, W. L., Wernsing, T. S., & Peterson, S. J. (2008). Authentic leadership : Development and validation of a theory-based measure. *Journal of Management*, 34 (1), 89-126.

Accompagnement au sens de l'école et de la formation dans le cadre de transitions

Enseignante : Nadia Baatouche, psychologue, psychothérapeute, maître de conférences en psychologie à l'Université Catholique d'Angers

Contenu et objectifs pédagogiques : En formation initiale ou continue, l'individu se confronte à des phases de transitions inhérentes aux âges de la vie, aux événements de vie majeures, au système pédagogique, etc. Ces transitions aiguïssent des questionnements existentiels pouvant rendre nécessaire un accompagnement réflexif. Ce cours offrira des repères théoriques établissant un lien entre psychologie existentielle et situations d'apprentissages. Il présentera le dispositif d'accompagnement sens de la vie, sens de la formation (SVSF) et sa méthodologie d'animation.

Compétences visées : S'approprier les fondements théoriques autour du sens de l'école, des études, et de la formation. Maîtriser la méthodologie d'animation de SVSF (sens de la vie, sens de la formation). Savoir impliquer l'apprenant dans un processus réflexif.

Références

- Gómez González, L. A. (2013). *Sens et Projet de vie : Une Démarche universitaire au Mitan de la vie*. Presses de l'Université du Québec.
- Bernaud, J. L., Arnoux-Nicolas, C., Lhotellier, L., de Maricourt, P., & Sovet, L. (2019). *Sens de la vie, sens du travail : Pratiques et méthodes de l'accompagnement en éducation, travail et santé*. Dunod.
- Baatouche, N., Maricourt, P. D., Arnoux-Nicolas, C., Lhotellier, L., & Bernaud, J.-L. (2021). Dispositif Sens de la vie, sens de la formation (SVSF) : accompagner des apprenants adultes dans leur élaboration de sens. *L'orientation scolaire et professionnelle*, (50/3), CDLXIX-CDXC.
- Baatouche, N., de Maricourt, P., & Bernaud, J.-L. (2022). Meaning of education and wellbeing: Understanding and preventing the risk of loss of meaning in students. *Frontiers in Psychology*, 300.

Accompagner la transition vers la retraite : dispositifs et étude de cas

Enseignante : Laurence Ruiu-Renard

Contenu et objectifs pédagogiques : Dans le contexte actuel de l'accélération du vieillissement de la population, le passage à la retraite suscite un intérêt croissant de la recherche en psychologie. Si les années de vie gagnées constituent une avancée considérable, « l'obligation de longévité en santé traverse désormais les sociétés » (Guillemard & Mascova, 2017, p.23) ce qui implique une vigilance particulière sur cette transition, encore peu accompagnée. Cet enseignement se propose d'approfondir, dans un premier temps, les recherches concernant le processus d'ajustement caractérisant cette transition et les facteurs d'adaptation. Nous verrons que les thématiques de la psychologie existentielle offrent un terrain fertile pour saisir les enjeux existentiels du passage à la retraite. Une sélection de recherches portant notamment sur le rôle du sens dans le processus d'adaptation seront présentées. Il s'agira d'aborder, dans un deuxième temps, la façon dont les principes de la psychologie existentielle nourrissent des pratiques innovantes d'accompagnement de cette transition ; une sélection de recherches portant des dispositifs d'accompagnement de futurs ou nouveaux retraités seront présentés ; des exercices pratiques et études de cas permettront d'illustrer l'enseignement.

Compétences visées : Il s'agit d'une part, de mieux cerner le processus de la transition de l'emploi vers retraite, ses implications psychologiques et ses enjeux, notamment existentiels ; il s'agit, d'autre part de s'approprier une sélection de méthodes et outils de la psychologie existentielle pour accompagner le sens de cette transition.

Références :

- Bernaudo, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle : concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.
- Costin, V., & Vignoles, V.-L. (2020). Meaning is about mattering; evaluation, coherence, purpose, and existential mattering as precursor of meaning in life judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 118(4), 864-884.
- Edwards, W., Milton, M., (2014). Retirement Therapy ? Older people's experiences of existential therapy relating to their transition to retirement. *Counselling Psychology Review*, 29, 2.
- Froidevaux, A., Hirschi, A., & Wang, M. (2016). The role of mattering as an overlooked key challenge in retirement planning and adjustment. *Journal of Vocational Behavior*, 94, 57-69.
- Gomez Gonzales, L.A., Leger, D., Bourdages, L., & Dionne, H. (2013). *Sens et projet de vie*. Québec : Presse de l'Université du Québec.
- Osborne, J. W. (2012). Existential and psychological aspects of the transition to retirement. *European Journal of psychotherapy and counselling*, 14(4), 349-363.
- Malette, J., & Oliver, L. (2006). Retirement and existential meaning in the older adult: A qualitative study using life review. *Counselling, Psychotherapy, and Health*, 2(1), 30-49.
- Schnell, T. (2012). An empirical approach to existential psychology: Meaning in life operationalized. In Kreitler, S., Urbanek, T. (Eds.), *Conceptions of meaning* (pp. 173-194). Nova Science.
- Wang, M., & Wanberg, C. R. (2017). 100 Years of Applied Psychology Research on Individual Careers : from career management to retirement. *Journal of Applied Psychology*, 102(3), 546-563.
- Wong, P. T. P. (2017). Meaning-Centered Approach to Research and Therapy, Second Wave Positive Psychology, and the Future of Humanistic Psychology. *The Humanistic Psychologist*, 45 (3), 207-216.

Méthodologie des jeux sérieux (serious game). Application pratique : une vie sensationnelle

Enseignante : Caroline Arnoux-Nicolas, psychologue, maître de conférences en psychologie à l'Université de Paris-Nanterre

Contenu et objectifs pédagogiques : Cet enseignement vise à présenter les méthodes psychopédagogiques et jeux sérieux pouvant être utilisés dans le cadre d'applications en psychologie existentielle. Après une présentation du modèle des jeux sérieux en introduction, le jeu collaboratif en orientation « La vie SenSationnelle » sera proposé en illustration. D'autres méthodes seront également présentées comme par exemple, celles basées sur le modèle des *constructs* de Kelly. Une attention particulière sera apportée aux contextes d'usage de ces méthodes.

Compétences visées : se familiariser avec le modèle des jeux sérieux et différentes méthodes applicables à la psychologie existentielle, expérimenter un jeu sérieux, imaginer un jeu sérieux applicable à la psychologie existentielle.

Références

- Arnoux-Nicolas, C. (2022). *Le jeu collaboratif en orientation « La Vie SenSationnelle »*. Editions Qui Plus Est.
- Bourassa, M., Philion, R. & Chevalier, J. (2007). L'analyse de construits, une co-construction de groupe. *Éducation et francophonie*, 35(2), 78-116.
- Rochat, S., & Arnoux-Nicolas, C. (2022). Le jeu : Une approche porteuse de sens, voire de bonheur ? *Sciences & Bonheur*, 7, 83-102.
- Steger, M. F. (2016). Creating meaning and purpose at work. In L. G. Oades, M. F. Steger, A. Delle Fave, & J. Passmore (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of the psychology of positivity and strengths-based approaches at work* (pp.60-81). John Wiley & Sons.

Construire un atelier ou un dispositif. Méthodologie et ingénierie

Enseignant : Jean-Luc Bernaud, professeur en psychologie au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : cet enseignement vise à présenter comment construire, analyser et valider un dispositif d'intervention. Après avoir présenté les principes de construction d'une intervention et les méthodologies pour en évaluer les effets, des illustrations seront proposées avec l'évaluation des interventions « sens de la vie – sens du travail »

Compétences visées : savoir construire une intervention en psychologie existentielle. Mener une évaluation sur le terrain permettant d'évaluer les effets.

Références :

- Bernaudo, J.-L. (2021). *Traité de psychologie existentielle. Concepts, méthodes et pratiques*. Dunod.
- Bernaudo, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., & De Maricourt, P. (2019). *Sens de la vie, sens du travail. Pratiques et méthodes d'accompagnement en éducation, travail et santé*. Dunod.

- Bernaud, J.-L., Lhotellier, L., Sovet, L., Arnoux-Nicolas, C., & Moreau, F. (2020). *Psychologie de l'accompagnement. Concepts et outils pour développer le sens de la vie et du travail*. Dunod.
- Watson, J. C., Lenz, A. S., Schmit, M. K., & Schmit, E. L. (2016). Calculating and reporting estimates of effect size in counseling outcome research. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 7(2), 111-123.

Analyse de pratiques et élaboration d'un mémoire professionnel

- UAPS10 -

Enseignant.es : Manon Pouliot, psychologue du counseling, chargée d'enseignement et de recherche au Cnam, Lin Lhotellier, chargé d'enseignement et de recherche au Cnam, Jean-Luc Bernaud, professeur en psychologie au Cnam

Contenu et objectifs pédagogiques : cet enseignement est centré sur l'analyse de pratiques en lien avec des questions humanistes et existentielles. Il vise à aider les participant.es à construire un mémoire professionnel basé sur une thématique et comportant une intervention originale. Il vise, par un échange sur les travaux en cours, à préparer les participant.es à formaliser et à soutenir leur mémoire professionnel.

Compétences visées : savoir mener une réflexion et développer une application originale en psychologie humaniste-existentielle. Réfléchir à sa posture professionnelle et améliorer sa pratique. Savoir innover, construire une intervention, la comprendre et en évaluer les effets.

Certificat de spécialisation du CNAM : Psychologie existentielle et accompagnement des transitions professionnelles et de vie

CS12500A

Points clés à retenir :

- ✓ Formation diplômante, format hybride (distanciel et présentiel) sur un an
- ✓ 132h de cours + un mémoire professionnel à réaliser et à soutenir devant un jury
- ✓ Recrutement ouvert pour les titulaires d'un master de psychologie + dossier
- ✓ Compétences visées par le diplôme :
 - Evaluer, comprendre et accompagner une crise existentielle
 - Concevoir, animer et évaluer un atelier de préparation à la retraite
 - Accompagner des demandeur.euses d'emploi en indécision de carrière
 - Accompagner la souffrance existentielle
 - Développer les pratiques managériales et le leadership à visage humain
 - Pratiquer la logothérapie
 - Accompagner au sens de la vie et du travail
 - Accompagner l'éco-anxiété
 - Accompagner les carrefours de vie, les dilemmes, les décisions importantes ou difficiles
 - Réaliser un bilan lors d'une évolution professionnelle ou dans le cadre de dynamiques nouvelles de vie (ex : expatriation, migration, maladie et handicap, changement de mode de vie, problématiques liées aux âges de la vie)
 - Accompagner les problématiques de perte de sens dans les parcours scolaires

Avantages

- ✓ Petite promotion permettant de créer un réseau de psychologues existentiels
- ✓ Formation diplômante du CNAM, reconnue par les milieux professionnels
- ✓ Un tarif adapté
- ✓ De nombreux outils, pratiques et études de cas (tests psychométriques, jeux sérieux, méthodes d'animation permettant de proposer des ateliers, méthodes d'entretien...)
- ✓ Formation adaptée aux professionnels (cours à distance + séminaires de regroupement)
- ✓ Formation de haut niveau, adossée à la recherche scientifique, réservée aux psychologues, enseignements réalisés par des psychologues professionnels, des maîtres de conférences et professeurs en psychologie
- ✓ Adossée aux réseaux professionnels (partenariat avec l'AFPE : Association Française de Psychologie Existentielle)
- ✓ La première formation française en psychologie existentielle : une occasion unique de faire partie de l'histoire en entrant dans la première promotion de diplômés

Contact :

Responsable du diplôme : Jean-Luc Bernaud : jeanluc.bernaud@lecnam.net

Gestionnaire administratif et pédagogique : Christine Pineau : christine.pineau@lecnam.net
Téléphone : 01 40 27 24 94

Inetop.cnam.fr et Cnam entreprises: <https://www.cnam-entreprises.fr/>