

Promotion de la santé mentale



ECTS
6 crédits



Composante
UFR Lettres,
Langues et
Sciences
Humaines

En bref

- > **Langues d'enseignement:** Français
- > **Ouvert aux étudiants en échange:** Oui

Présentation

Description

Il s'agira de comprendre et d'utiliser les théories et outils en promotion de la santé mentale, à savoir le Cognitive Behavioral Stress Management (CBSM), l'entretien motivationnel, la santé mentale positive et les compétences psychosociales, la psychologie positive, les techniques d'interventions innovantes, le vieillissement réussi.

Objectifs

Comprendre et utiliser de façon appropriée les outils de promotion de la santé mentale, c'est-à-dire permettant de renforcer les facteurs de protection et favorisant la résilience des individus.

Heures d'enseignement

CM Cours Magistral 51h

Infos pratiques

Lieux

- › Chambéry (domaine universitaire de Jacob-Bellecombette - 73)
-

Campus

- › Chambéry / campus de Jacob-Bellecombette