

## UE D'OUVERTURE Semestres 1 (L1) et 3 (L2) 2022-2023

### **UEOEC7 : LES ENTRAVES AU BONHEUR**

UE proposée par le département : PLLH

Nom de l'enseignant responsable : Pierluigi Graziani

Heures : 21h CM

Noms des intervenants	Heures attribuées
Pierluigi Graziani	6
Florence Dumas	12
??	3

### **Nombre maximal d'étudiants : 300**

Créneau horaire : jeudi 16h-19h – site VAUBAN

### **Descriptif**

En prenant appui sur des travaux de recherche issus de la psychologie clinique, cognitive, sociale et de la neuropsychologie, nous tenterons de montrer comment la connaissance des processus cognitifs et de la manière dont l'individu raisonne permettent d'expliquer que les obstacles au bonheur sont davantage dans notre tête, dans notre mode de penser et moins dans le monde.

Nous traiterons des pièges cognitifs qui nous empêcheraient d'être heureux.

Nous aborderons également ce qui facilite l'activation d'un vécu positif et comment le maintenir. Nous traiterons de la question de « tomber amoureux », la passion, l'engagement...

### **Modalités de contrôle des connaissances:**

Session 1 : Contrôle Terminal : QCM (30minutes)

Session 1 : Rattrapage : QCM (30 minutes)

Si confinement : QCM en ligne de 30 minutes (sessions 1 et 2)