



FORMATION CONTINUE

La bienveillance en enseignement : un vecteur de bien-être et de réussite

PRÉSENTATION

Contexte

Depuis quelques années, les études sur la santé mentale de la communauté universitaire se multiplient et les conclusions convergent : des actions s'imposent pour faire des milieux universitaires des environnements d'études et de travail davantage favorables au bien-être et à la santé psychologique de toutes et de tous. Bien que certaines solutions soient d'ordre structurel et organisationnel, il ne faut pas négliger le pouvoir que nous avons individuellement, comme personne enseignante, pour contribuer à une culture qui concilie bienveillance et performance.

Cet atelier permet aux personnes participantes de se doter de stratégies pour prendre soin de leur bien-être et pour contribuer, à leur juste mesure, à un climat de bienveillance dans leur classe et avec leurs collègues.

Objectifs

- Discuter des principaux enjeux reliés au bien-être et à la santé mentale en milieu universitaire
- Reconnaître ce qu'est la santé mentale et ses principaux facteurs d'influence
- Identifier des leviers concrets pour incarner la bienveillance dans son quotidien
- Mettre en place des stratégies concrètes pour prendre soin de son bien-être

TARIF ET HORAIRE

DURÉE
2 heures

TARIF RÉGULIER
Gratuit

OÙ ET QUAND **Dates à venir**

Renseignements

819 821-8000 poste
67188

Tarif

TYPES D'INSCRIPTION	PRIX
Sans frais	Gratuit

Note : Les prix indiqués sont pour une personne et ne comprennent pas les taxes.

Politique d'annulation et d'abandon