

« Accompagner vers la réussite »

Fin 2017, l'ARFTLV a organisé deux rendez-vous pour développer l'esprit de la réussite dans les pratiques d'accompagnement.

Stéphane Dieutre et **Philippe Gabilliet**, tous deux spécialistes de l'entreprise et rôdés aux approches de la psychologie positive, ont abordé cette thématique, dans le cadre du dispositif de professionnalisation Safran, sous forme de conférences-ateliers, chacun avec un éclairage spécifique et des clés de lecture particulières mais complémentaires.



UNE SELECTION DE REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Saisir les opportunités et déployer le meilleur de chacun



Dans le prolongement de ces conférences, l'ARFTLV vous propose une sélection de ressources bibliographiques relatives à :

- La psychologie positive
- La chance et l'optimisme
- La motivation
- Agir sur les aptitudes comportementales
- Le bien-être au travail



LA PSYCHOLOGIE POSITIVE



La psychologie positive : pour vaincre la dépression et développer sa force intérieure. Akhtar Miriam. 2014. Courrier du livre.

Introduction à la psychologie positive, Science de l'expérience optimale. Boniwel Ilona. 2013. Payot.

Les ressources psychologiques : apports de la psychologie positive. Csillik Antonia. 2017. Dunod.

La psychologie positive : Ou l'étude scientifique du meilleur de nous-mêmes. Gaucher Renaud. 2010. L'Harmattan.

Traité de psychologie positive. Martin-Krumm Charles et Tarquinio Cyril. 2011. De Boeck.

Introduction à la psychologie positive. Lecomte Jacques (Dir.). 2014. Dunod.

Le défi positif : une autre manière de parler du bonheur et de la bonne santé. Janssen Thierry. 2013. Pocket.

Psychologie positive et personnalité : Activation des ressources. Mehran Firouzeh. 2010. Masson.

Changer, oui c'est possible : les clés de la psychologie positive. Seligman Martin E.P. 2014. J'ai lu.

Vivre la psychologie positive : Comment être heureux au quotidien. Seligman Martin E.P. 2013. Pocket.

Petit cahier d'exercices de psychologie positive. Thalmann Yves-Alexandre. 2016. Jouvence.

S'épanouir. Pour un nouvel art du bien-être. Seligman Martin E.P. 2016. Pocket.

Trois kifs par jours et autres rituels recommandés par la science pour cultiver le bonheur. Servan-Schreiber Florence. 2014. Marabout.

Vivre. La psychologie du bonheur. Mihaly Csikszentmihalyi. 2006, Pocket



Plus de références sur cette thématique : www.psychologie-positive.net



LA CHANCE ET L'OPTIMISME



Tout est encore possible ! : manifeste pour un optimisme réaliste. André Christophe, Buresteinas Patrick, Caupenne Christophe. 2017. Edition de poche, Pocket.

Choisir sa vie : apprendre à saisir sa chance. Ben-Shahar Tal. 2017. Edition de poche, Pocket.

Choisir l'optimisme : comment être heureux par mauvais temps. Achor Shawn. 2017. Edition de poche, Pocket.

Eloge de l'optimisme. Quand les enthousiastes font bouger le monde. Gabilliet Philippe. 2010. Editions Saint-Simon.

Notre capital chance. Wiseman Richard. Mai 2004. Marabout.

Comment mettre la chance de votre côté ! Wiseman Richard. Octobre 2012. InterEditions. [Extraits](#).

Eloge de la chance. Apprendre à saisir les opportunités de la vie. Gabilliet Philippe. 2016. J'ai lu.

Comment devenir un optimiste contagieux. Shawn Achor. 2012. Belfond

Le monde va beaucoup mieux que vous ne le croyez. Lecomte Jacques. 2017. Les Arènes.

La force de l'optimisme. Seligman Martin. 2012. Pocket.

La chance tu provoqueras. Samson Alain. 2008. Eyrolles.



Plus de références sur cette thématique : www.liguedesoptimistes.fr



LA MOTIVATION



Du désir au plaisir de changer – le coaching du changement. Kourisky Françoise. 2008. Dunod.

Traité de psychologie de la motivation. Théories et pratiques. Sous la direction de Philippe Carré et Fabien Fenouillet. 2009. Collection Psycho Sup. Dunod

La motivation. D'où vient-elle ? Comment motiver autrui ? *Sciences Humaines*. Mars 2015, n° 268. [Consulter le sommaire](#)

La Boîte à Outils de la Motivation. Laurence Thomas, Sophie Micheau-Thomazeau. 2014. Dunod.

La puissance du mental : hyperinvestissement, stress, épuisement, comment se remotiver ? Collignon Patrick. 2014. Eyrolles.

Eduquer à la motivation. Cette force qui fait réussir. Jacques André. 2005. L'Harmattan.

Trouver les clés de la motivation dès 14 ans : AREA, Apprentissage Rapide Efficace Agréable. Deraemaeker Bruno. De Boeck. 2013.



AGIR SUR LES ATTITUDES COMPORTEMENTALES



S'initier à la PNL : les fondements de la programmation neurolinguistique. Sarazin Marion. 2014. Esf Editeur.

Découvrez vos points forts. Buckingham Marcus. 2008. Pearson.

Tremblez mais osez. Jeffers Susan. 2007. Marabout.

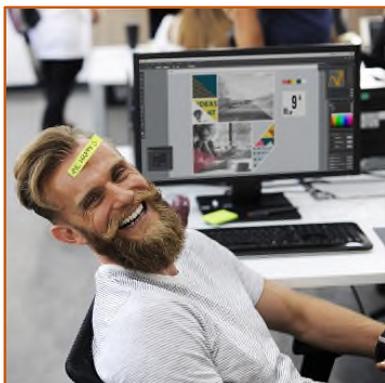
L'estime de soi. S'aimer pour mieux vivre avec les autres. Christophe André, François Lelord. 2008. Odile Jacob.

La confiance, un lien fondamental. *Sciences humaines*, n°271, juin 2015. [Consulter le sommaire.](#)

Power patate, vous avez des super pouvoirs ! Détectez-les et utilisez-les ! Servan-Schreiber Florence. 2014. Marabout.



LE BIEN-ETRE AU TRAVAIL



Réenchantez votre job ! Réussir sa transformation professionnelle. Thomas Laurence. 2014. Dunod.

Trouver sa place au travail : trouver du sens, se sentir reconnu et se réaliser. Allais Juliette. 2012. Eyrolles.

Gérer les ingérables : l'art et la science de la négociation au service de relations durables. Grésy Jean-Edouard. ESF éditeur. 2009

Le bonheur au travail : utopie ou progrès ? Achor Shawn ; Amiot Michèle ; Anas Céline ; Davy Florence ; Provost-Vanhecke Elisabeth. *Personnel*, n°546, janvier 2014, pp 35-52.

Plus pertinent que le bonheur au travail : le bien-être durable. Davy Florence. *Personnel*, n°548, mars-avril 2014, pp 78-79.

Efficacité et bien-être : c'est possible ! Cohen-Bacrie Bruno. *La lettre du cadre territorial*, n° 488, mai 2015, pp. 44-45. [Lire l'article](#).

Faut-il se méfier du bonheur ? Thevenet Maurice. *La lettre du cadre territorial*, n° 468, mars 2015, pp. 40-41. [Lire l'article](#).

Si vous souhaitez vous procurer certaines ressources en prêt,

Contact : 05 46 00 32 32 / documentation@arftlv.org

