



Mieux penser au quotidien en développant sa pensée critique (T04)

Et si vous activiez le meilleur de votre esprit au quotidien ? Cet atelier vous guide pour renforcer quatre piliers essentiels qui aident à mieux penser : la pensée critique, la pensée créative, la pensée vigilante et la pensée bienveillante. Ensemble, elles forment la pensée d'excellence — une manière de réfléchir plus claire, plus inventive et plus humaine, qui améliore vos décisions, vos échanges et votre capacité d'adaptation.

Type de formation : En présentiel.

Clientèle visée : Ouverte à toutes et à tous.

Objectifs :

- Définir les quatre piliers de la pensée d'excellence : pensée critique, créative, vigilante et bienveillante.
- Comprendre le rôle de chacun de ces modes de pensée dans la vie personnelle et professionnelle.
- Comprendre ce qui favorise ou freine le développement de chacune de ces pensées.
- Déterminer des stratégies pour mieux utiliser ces types de pensée au quotidien.
- Identifier des moyens de transférer ces habiletés dans son milieu de vie ou de travail.

En formule atelier s'ajoute l'objectif :

- Mettre en pratique certains de ces apprentissages.

Formateurs : *Jacques Gélinas*

Psychologue et conseiller d'orientation formé à la pratique du dialogue philosophique. Ancien chargé de cours et de recherche ainsi que responsable de stage et de formation pratique à l'Université Laval, Conférencier, animateur et formateur d'expérience.

Ou *Félix Viel*

Chargé de projet et animateur d'expérience certifié de pratique du dialogue philosophique à la Maison Philo. Baccalauréat en philosophie à l'Université Laval. Certificat en philosophie pour les enfants de l'Université Laval. Certification AXXIS en philosophie pour enfants. Complète actuellement le microprogramme de formation initiale en enseignement au collégial (MIFIEC) à l'Université de Sherbrooke ainsi qu'un microprogramme en bioéthique et en éthique de l'environnement à l'Université Laval.

Pour en savoir davantage, contactez-nous à info@maisonphilo.org