Formation : la pleine conscience : théories, recherches et applications cliniques

Adresse : https://asadis.net/fr/formation/-pleine-conscience-theories-recherches-applications-cliniques/

Durée : 7h

Nature : Action de formation professionnelle

Lieu : Formation en ligne

Tarif individuel : $144.00

Présentation :
Comment intégrer la pleine conscience dans la pratique clinique quotidienne auprès d'une clientèle variée, complexe et multisymptomatique ? La pleine conscience est une approche prédominante dans le domaine de la psychologie clinique. Cependant, la plupart des travaux scientifiques, des recherches cliniques et des formations se concentrent sur les approches principales (soit le MBSR et le MBCT). Peu de travaux incluent d'autres perspectives : par exemple, la psychologie Bouddhiste ou encore l'approche sociocognitive d'Ellen Langer.

En outre, les formations en pleine conscience couramment enseignées n'incluent pas pleinement le corps comme agent de changement et se centrent prioritairement sur l'aspect mental. Des travaux récents visent à intégrer différentes perspectives de la pleine conscience et à donner au corps un rôle central. Une telle approche intégrative et corporelle ("embodied mindfulness") pourra être potentiellement utile pour un large éventail de troubles cliniques, notamment ceux qui présentent une dissociation entre le mental et le corporel (par ex. : troubles dissociatifs, psychotiques, alimentaires, stress traumatique, et troubles de la personnalité).
Objectifs pédagogiques :
1. Connaître les principales théories et stratégies de la pleine conscience selon les approches orientales et occidentales
2. Sensibiliser les participants aux applications de la pleine conscience, notamment dans la discipline clinique
3. Réfléchir avec les participants sur l'intégration de la pleine conscience dans la pratique clinique ainsi que sur les défis rencontrés
4. Rendre compte de l'état actuel de la pleine conscience (conceptualisation, opérationnalisation, mesure, efficacité, mécanismes d'action, etc.)

Supports et moyens pédagogiques :
Un cours théorique illustré par des exemples cliniques composé de vidéos de 5 à 15 minutes chacune. Le PowerPoint de la formation est téléchargeable.

Public : Cette formation s'adresse aux psychologues et aux psychothérapeutes.

Le formateur
Prof. Bassam Khoury est psychologue clinicien et professeur adjoint au département de Counseling à l'Université McGill. Il détient un doctorat en psychologie clinique de l'Université de Montréal et a mené des recherches postdoctorales avec la professeure Ellen Langer à l'Université Harvard. Ses travaux portent sur la pleine conscience, son efficacité, ses éléments actifs, ses modérateurs et ses applications cliniques et sociales. Ses recherches tentent d'intégrer les perspectives orientale et occidentale de la pleine conscience. Il a rédigé plusieurs articles scientifiques et chapitres de livre qui portent sur la pleine conscience et ses applications, notamment plusieurs méta-analyses qui portent sur la pleine conscience, son efficacité et ses applications. Il dirige présentement un laboratoire de recherche sur la pleine conscience (McGill Mindfulness Research Lab) à l'Université McGill et mène avec ses étudiants plusieurs projets de recherches portant sur la pleine conscience et ses applications.

Plan de la formation
PowerPoint
Présentation
Apprendre sur les approches de la pleine conscience
Approche traditionnelle bouddhiste
Aperçu historique
Définitions et opérationnalisations
Concepts bouddhistes en lien avec la pleine conscience
Données probantes sur les pratiques de méditation bouddhistes
Conclusion
Approche occidentale méditative
Définitions et conceptualisations
Le programme de réduction du stress basé sur la pleine conscience (MBSR)
Exercice de méditation assise
Exercice de méditation par balayage du corps
Autres pratiques de méditation
Psychothérapie cognitive basée sur la pleine conscience (MBCT)
Prévention de la rechute basée sur la pleine conscience (MMRP)
Données probantes sur les effets cliniques de la méditation en pleine conscience
Un exemple d'adaptation de l'approche méditative pour une population clinique spécifique
Étude - Adaptation de l'approche méditative pour une population clinique spécifique
Efficacité des thérapies basées sur la pleine conscience en milieu scolaire

Conclusion
Comparaison entre le MBSR et les retraites de méditation Bouddhistes
Approche sociocognitive d'Ellen Langer
Définition et conceptualisation
Exercices d'induction de la pleine conscience
Description de certaines études et données probantes
La pleine conscience de Langer et la psychologie clinique & Conclusion
Rôle de la pleine conscience dans les différentes approches
La pleine conscience dans les trois approches
Autres modérateurs des effets des interventions basées sur la pleine conscience
Éléments communs dans les différentes approches
Conclusions générales sur les approches présentées
Pleine conscience et psychothérapie
La pleine conscience intégrée aux modalités thérapeutiques
Psychothérapie d'acceptation et d'engagement (ACT)
Psychothérapie comportementale dialectique (DBT)
La pleine conscience et le style thérapeutique
Courte conclusion
Pratiquer la pleine conscience
Comment méditer
Pratiques méditatives
Pratiques non-formelles de la pleine conscience
Étapes dans la pratique de la méditation
La science de la méditation
Comment la pratique de la pleine conscience peut bénéficier aux professionnels de la santé mentale
Débuter et maintenir sa pratique méditative
La pleine conscience dans la pratique clinique
La pleine conscience interpersonnelle
Thérapeute de pleine conscience
Pleine conscience dans la pratique clinique - 3 principes
Comment la pratique de la pleine conscience peut bénéficier à votre pratique clinique
Effets de la pleine conscience des psychothérapeutes sur leurs patients
Cultiver la pleine conscience dans la pratique clinique
Stratégie complémentaire à la pleine conscience - la compassion
Enseigner la pleine conscience
Enseigner la pleine conscience aux clients
Défis de l'implantation de la présence attentive en milieu clinique
La pleine conscience avec une clientèle difficile
Conclusion

Évaluation :

Afin de valider l’atteinte des objectifs pédagogiques, une évaluation finale, sous forme de questions vrai/faux, est proposée. Elle doit être complétée pour obtenir l’attestation de réussite.
En complément, une auto-évaluation facultative est proposée au début et à la fin du parcours, afin de vous permettre de mesurer votre progression sur les compétences visées.
Ces démarches ne sont pas notées et visent avant tout à soutenir votre réflexion professionnelle.

Délais d'accès : Une fois l'inscription confirmée, vous (ou l'apprenant) pouvez commencer la formation à tout moment, de manière autonome et à votre propre rythme. Vous pouvez accéder à la formation tant qu'Asadis détient les droits légaux de la diffuser (typiquement 10 ans).

Des questions ? N'hésitez pas à nous contacter à *contact@asadis.net*