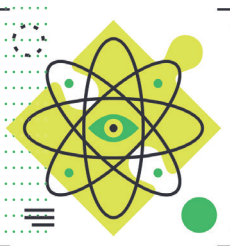


Interventions basées sur la Pleine Conscience

Mindfulness based Interventions



HES-SO GENÈVE : FORMATION CONTINUE CERTIFIÉE EDUQUA

VISIONS

Formation continue HES
Santé — Social Genève



**UNIVERSITÉ
DE GENÈVE**

Hes·so // GENÈVE | HEdS | HETS
Haute Ecole Spécialisée
de Suisse occidentale

INTERVENTIONS BASÉES SUR LA PLEINE CONSCIENCE (MINDFULNESS BASED INTERVENTIONS)

Raison d'être

Les interventions de Pleine Conscience sont abordées à partir des pratiques personnelles des participant·es. La formation vise le développement d'une qualité de présence et d'attention ouverte à soi et aux autres, ainsi que des attitudes telles que l'acceptation, le non-jugement, la curiosité et la bienveillance.

Cette formation est proposée en partenariat avec l'Université de Genève / Faculté de Médecine.

Public cible

Ce CAS est destiné principalement aux professionnel·les de la santé, du social et du pédagogique, de niveau minimum Bachelor HES/Universitaire ou équivalent, confronté·es à des problématiques de santé somatique et/ou mentale et/ou périnatale désirant acquérir et développer leurs compétences dans l'application des interventions basées sur la Pleine Conscience à des populations diverses.

La session courte MBSR ou MBCT-L est vivement recommandée, ou toute autre forme de pratique appelée méditation Vipassana qui est la forme de méditation de Pleine Conscience pratiquée dans les cycles MBSR.

Objectifs

- Adapter et utiliser les outils de la Pleine Conscience dans le contexte professionnel du domaine de la santé spécifique qui lui est propre.
- Animer et appliquer les interventions basées sur la Pleine Conscience.
- Intégrer les connaissances théoriques, les résultats de la recherche scientifique et les connaissances issues de sa pratique personnelle dans les interventions cliniques.



Programme

Module 1

Observer, participer, s'engager dans la pratique de la Pleine Conscience (4 ECTS)

Cadre propice à la réflexion sur soi-même, sur les principes sous-tendant ces interventions et sur leurs applications dans les domaines de la santé

Module 2

Ancrer la pratique et ses applications cliniques dans les fondements scientifiques de la Pleine Conscience (4 ECTS)

Acquisition de connaissances théoriques issues des fondements scientifiques, philosophiques et pédagogiques de ces interventions, permettant aux participant-es de les intégrer dans les applications cliniques spécifiques à leur contexte professionnel.

Module 3

S'immerger dans la pleine conscience et apprendre à instruire les outils de la pleine conscience (6 ECTS)

La conduction et l'instruction des interventions basées sur la Pleine Conscience auprès de publics cibles se développent à partir de ces bases dans la dernière partie de la formation.

Infos pratiques

Titre délivré

CAS HES-SO/Université de Genève en Interventions basées sur la Pleine Conscience (Mindfulness Based interventions) (14 ECTS)

Durée et lieu de formation

- 2 à 3 jours par mois, sur une période de 12 mois
- Genève

Taxe d'inscription

CHF 200.-

Prix de la formation

Se référer au site internet

Contact

- Co-responsables du programme
Arabelle Gautier, Maître d'enseignement HES, Instructeur niveau 1 MBCT, Formée MBSR, MBCP et MBCT-L.
Prof. Nader Perroud, Prof. Associé à la Faculté de Médecine, Université de Genève et Médecin adjoint agrégé responsable d'Unité, HUG.
- Secrétaire de la formation
Sophie Asin





Informations et inscriptions

<https://www.hesge.ch/visions/interventions-basees-la-pleine-conscience-mindfulness-based-interventions>



VISION S
Formation continue HES
Santé — Social Genève

Vision S

Formation continue HES
santé-social Genève
Rue de l'Encyclopédie 5
1201 Genève
cas-mindfulness.visions@hesge.ch
+41 22 558 66 02

www.hesge.ch