

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître les bases théoriques des programmes d'entraînement de la pleine conscience auprès de l'enfant
- Utiliser les connaissances issues des études d'efficacité des programmes d'entraînement de la pleine conscience auprès de l'enfant
- Animer les exercices et les activités du programme
- Guider les partages d'expériences suite aux exercices

La formation et ses moyens pédagogiques peuvent être adaptés et personnalisés en fonction du public.

PROGRAMME

Premier jour - matin :

- Accueil, présentation des participants(es), attentes/objectifs de chaque apprenant(e)
- Historique et scientifique de la méditation de pleine conscience
- Bases théoriques des programmes d'entraînement de la pleine conscience
- Impact de l'entraînement à la pleine conscience sur le développement de l'enfant

Premier jour – après-midi :

- Présentation du programme MBCT adapté aux enfants
- Outils d'évaluation du programme
- Contenu détaillé des 9 séances du programme

Deuxième jour - matin :

- Mise en pratique et expérimentation du programme séance par séance

Deuxième jour – après-midi :

- Mise en pratique et expérimentation du programme séance par séance
- Évaluation de la formation, retour sur les attentes.

MOTS CLES

Animation, méditation protocole MBCT, enfant.

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

Supports de formation remis aux participants

- Vidéo-projections
- Films
- Mises en situation pratique
- Travaux dirigés en sous-groupe
- Analyse des pratiques
- Liste de ressources bibliographiques

MODALITES D'EVALUATION DE L'ACTION

QCM en début et en fin de formation ; Evaluation des acquis en cours de formation , Questionnaire de satisfaction

Conditions d'Admission, Prérequis

Prérequis

Etre répertorié sur la liste du public ciblé.

Public Ciblé

Pour qui ?

Tous professionnels travaillant dans le champ de la santé mentale avec une population d'enfants ou d'adolescents

Animation Pédagogique

NESENSOHN Jessica,
psychomotricienne,
SMPEA St Eloi, CHRU
Montpellier

MICHEL Catherine,
Infirmière puéricultrice,
instructrice MBCT et
animatrice certifier enfant
adolescent SMPEA Saint
Eloi - CHU Montpellier

Responsable pédagogique

**PURPER OUAKIL
Diane**, Pédo-psychiatre, PU
– PH, CHRU Montpellier

FORMALISATION A L'ISSUE DE LA FORMATION

Attestation de participation

DUREE

2 jours soit 14 heures

DATE(S)

4 et 5 décembre 2025

COUT DE LA FORMATION

- . institutions et/ou par l'employeur : 500,00 €
- . professions libérales et/ou à titre individuel : 400,00 €
(tarif hors frais de déplacement, repas, hébergement du stagiaire)

QUALITE ET SATISFACTIONS

Evaluations réalisées lors de notre précédente session



Satisfaction globale

85,50 %



*Amélioration des connaissances
(autoévaluation)*

70,00 %



Recommandations

100,00 %

Informations complémentaires

Nombres de participants : 8 personnes minimum – 12 maximum

Formation en présentielle – lieu : Locaux de l'AFREE - Montpellier