

Diplôme Universitaire Méditation de pleine conscience en santé

Nouveau

Prendre soin de soi pour prendre soin des autres

Ce diplôme vise, d'une part, à accompagner les professionnels de santé dans leur équilibre personnel et professionnel afin de prévenir l'épuisement au travail, et permet, d'autre part, d'intégrer cette approche dans sa pratique professionnelle afin d'améliorer le quotidien de patients atteints de maladie chronique ou psychique.



Public

Tous les professionnels des secteurs de la santé, médico-social et socio-éducatif et étudiant.e.s en dernière année

Pré-requis

- DE de Docteur en médecine, en pharmacie, en chirurgie dentaire, vétérinaire
- DE d'aide-soignant, d'infirmier, de sage-femme, de masseur-kinésithérapeute, de pédicure-podologue, de diététicien, d'ergothérapeute, de psychomotricien
- Certificat de capacité d'orthophonie
- DE d'éducateur spécialisé, Diplôme de Travailleur social
- Master en psychologie

Compétences visées

- Expérimenter la pratique de la méditation de pleine conscience afin de soutenir durablement la santé des soignants au regard des enjeux de Santé et Qualité de Vie au Travail (SQVT)
- Acquérir des connaissances théoriques sur la pleine conscience, ses fondements neuroscientifiques et ses applications en santé
- Développer des compétences psychosociales et non techniques pour intégrer la pleine conscience dans la relation de soin
- Promouvoir l'autonomie dans l'orientation des patients vers des programmes adaptés respectant les limites et indications spécifiques
- Devenir référent pour ses pairs en matière de pleine conscience appliquée à la médecine intégrative

Comité de coordination pédagogique

- Responsable de la formation

Dr Adrien EVIN

Maître de Conférence des Universités et Praticien Hospitalier en médecine palliative, Nantes Université - CHU de Nantes

- Responsable pédagogique

Marion FRENETTE

IDE, Instructrice MBSR / ME-CL

- Coordinatrices pédagogiques

Leslie TOUATI HUREAU

Neuropsychologue, Instructrice MBCT / MBRP, CHU de Nantes

Catherine MUZELLEC

Psychomotricienne, instructrice MBSR / MBCT

- Intervenants-experts

Psychologues, psychiatres, médecins, instructeurices MBSR - MBCT - MBRP - MSC - MBCL - MECL, IMP, ingénieurs.es de recherche, philosophe, chercheur.es, médecine générale, intégrative, santé mentale, ...

A NOTER : cette formation ne délivre pas un diplôme permettant d'instruire un programme standardisé de méditation de pleine conscience (ex : MBSR, MBCT...) qui nécessite une formation et une accréditation spécifique.

univ-nantes.fr/fc-sante

Contenu de la formation

La formation se compose de 8 modules en présentiel et de 7 visioconférences intermodules «soutien à la pratique de la méditation »

- **Module 1** - Fondements de la pleine conscience : historique, éthique, cadre, philosophie et pédagogie
- **Module 2** - Bases neuroscientifiques et recherche sur la Mindfulness
- **Module 3** - Bases psychologiques de la pleine conscience
- **Module 4** - Exploration du stress : physiopathologie, vécu de la douleur / souffrance, inconfort
- **Module 5** - Intégration clinique des interventions basées sur la pleine conscience en thérapie
- **Module 6** - Compassion, bienveillance et relation de soin
- **Module 7** - Présence intégrative et applications concrètes en pratique de soin
- **Module 8** - Soutenances, synthèse et perspectives

[Voir le programme détaillé sur la page d'information en ligne](#)

Moyens pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et de mise en pratique
- Mise à disposition de ressources numériques sur la plateforme de l'Université

Modalités d'évaluation

Un diplôme universitaire sera délivré après validation des épreuves suivantes :

- Présentation orale de fin d'étude avec support (poster, ppt, etc.) : travail personnel réflexif sur une thématique en lien avec la pratique du stagiaire
- Examen écrit ou QCM/QROC sur l'évaluation des connaissances acquises durant l'année

Suite de parcours

Consulter notre offre de formation continue sur notre site www.univ-nantes.fr/fc-sante

Rythme

Durée totale de la formation : 108 heures

- Formation en présentiel : 101 h
- Formation à distance : 7 h
(Visioconférences : 7 séances inter-modules «soutien à la pratique de la méditation»)

Lieux de formation

Nantes (93%) + à distance (7%)

Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Renseignements auprès du Relais Handicap : www.univ-nantes.fr/vie-de-campus/accompagnement-du-handicap

Tarif de la formation

2 500€ frais d'inscription inclus

Tarif soumis à un abattement pour les internes et étudiants > nous consulter

Conditions d'accès

- Sur dossier de candidature accompagné d'une lettre de motivation, d'un CV et de la copie des diplômes requis
- Sur entretien
- Consulter le calendrier de dépôt des candidatures et candidater en ligne sur <https://candidature.sante.univ-nantes.fr/fc>

Renseignements

du.meditation@univ-nantes.fr

En savoir plus

[Voir la page d'information en ligne](#)



25
places
disponibles