

Microprogramme en

INTÉGRATION DE LA PLEINE CONSCIENCE EN MILIEU CLINIQUE

FACULTÉ DE MÉDECINE ET DES SCIENCES DE LA SANTÉ
Centre de formation continue



Intégrer la pleine conscience pour améliorer ses interventions cliniques

Avec ses nombreux bénéfices documentés, l'intégration de la pleine conscience dans les soins de santé est un apport considérable dans les sphères scientifique et éthique. En effet, on voit converger des besoins grandissants chez les cliniciennes et cliniciens, le personnel enseignant en santé, les personnes soignées et leur famille, ainsi que dans les équipes de travail.

Pratiquer la pleine conscience pour améliorer sa qualité de vie, ses habiletés relationnelles et les soins offerts

Le microprogramme de 2^e cycle en intégration de la pleine conscience en milieu clinique a pour but de permettre aux professionnelles et professionnels de la santé d'améliorer leurs interventions cliniques et d'influencer la qualité des soins et le travail des autres membres de son équipe.

Pour qui ?

Le microprogramme de 2^e cycle en intégration de la pleine conscience est une formation offerte à temps partiel, qui favorise la conciliation travail, études et vie personnelle. Les cours sont répartis sur 2 sessions et sont offerts en formule hybride avec possibilité d'une participation totalement à distance. Certains enseignements étant présentés uniquement en ligne et d'autres en comodal (simultanément en présence et à distance). Toutefois, il vous sera recommandé de vous déplacer pour la tenue des activités en personne au Campus de Longueuil. Les activités pédagogiques de ce programme sont en mode synchrone et les cours ne sont pas enregistrés.

Optimiser ses compétences

Au terme de la formation, l'étudiante ou l'étudiant sera en mesure d'actualiser les compétences suivantes :

- Intégration de la pleine conscience dans les interventions cliniques;
- Compréhension de la physiologie de la pleine conscience et de ses effets sur la santé;
- Acquisition de nouvelles compétences personnelles et professionnelles sur le plan thérapeutique et relationnel (savoir être, savoir agir);
- Recourir à la pleine conscience pour contribuer à influencer la qualité des soins, leur organisation ou à la formation des professionnels de santé.

UN MICROPROGRAMME NOVATEUR

- Seul programme universitaire de pleine conscience dédié aux professionnels de la santé
- Par son approche réflexive et ses activités d'apprentissage
- Interdisciplinarité au sein du corps professoral et des participants
- Qui permet une amélioration de sa pratique, de son savoir-être et savoir agir



CE QUE LA PLEINE CONSCIENCE PERMET

- Améliorer la régulation émotionnelle et attentionnelle
- Une meilleure gestion du stress et des aptitudes de self-care
- Des interventions cliniques rehaussées par une qualité de présence
- Une réduction des erreurs médicales
- Un engagement positif dans son travail, son équipe et son organisation

Cette formation est reconnue par les ordres professionnels comme de la formation continue.

PROFIL DES ÉTUDES

CRÉDITS EXIGÉS : 6

La formation est offerte selon la séquence suivante :

IPC710 Pratiquer la pleine conscience comme professionnel de la santé (2 crédits)

Cible(s) de formation

- Faire appel à la pratique personnelle de la pleine conscience pour améliorer sa façon d'être comme individu et comme professionnel de la santé.

IPC712 Intégrer la pleine conscience à ses interventions cliniques (4 crédits)

Cible(s) de formation

- Identifier les situations cliniques pertinentes à l'intégration de la pleine conscience en tant qu'outil thérapeutique.
- Proposer et intégrer des interventions pratiques de pleine conscience dans les interventions cliniques auprès de personnes bénéficiant de soins de santé.
- Recourir à la pleine conscience pour contribuer à influencer la qualité des soins, leur organisation ou à la formation des professionnels de santé.

Mise en garde : bien que la pratique de la pleine conscience offre de nombreux bénéfices, elle peut aussi entraîner des effets indésirables.



Admission

- Date limite pour déposer une demande d'admission : 1^{er} mai
- Détenir un diplôme de 1^{er} cycle en sciences de la santé ou dans un domaine relié à la santé.
- Exercer une fonction professionnelle du domaine de la santé ou reliée à la santé en milieu clinique.
- La capacité d'accueil de ce programme est limitée.

RENSEIGNEMENTS | PROGRAMMES D'ÉTUDES

Secrétariat des formations créditées
Centre de formation continue
Faculté de médecine et des sciences de la santé
819 821-8000, poste 61122
1 888 463-1835
cfc-formation-creditee-fmss@USherbrooke.ca
USherbrooke.ca/cfc/microprogrammes-et-diplomes/microprogrammes-de-2e-cycle/integration-de-la-pleine-conscience-en-milieu-clinique

RENSEIGNEMENTS | DEMANDE D'ADMISSION

Bureau de la registraire
819 821-7686
1 800 267-8337 (Canada seulement)
USherbrooke.ca/admission