

MICROPROGRAMME DE 2^e CYCLE

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. L'admission de l'automne permet de suivre les cours et le programme totalement à distance. L'admission de l'hiver comporte des cours en présence au campus de Longueuil et certaines activités pourront être suivies à distance.

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



Admission

- Les admissions de l'automne pour suivre le programme totalement à distance. Les admissions de l'hiver comportent une majorité de cours en présence et quelques cours à distance.
- Date limite pour déposer une demande d'admission : 1^{er} août pour l'automne 1^{er} décembre pour l'hiver
- Détenir un diplôme de 1^{er} cycle en sciences de la santé ou dans un domaine relié à la santé comportant au moins 90 crédits.
- Exercer une fonction professionnelle du domaine de la santé ou reliée à la santé

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 cr.)

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 cr.)

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.



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 créditée est reconnue par les ordres professionnelles comme de la formation continue



RENSEIGNEMENTS | PROGRAMMES D'ÉTUDES

Secrétariat des formations créditées

Centre de formation continue

Faculté de médecine et des sciences de la santé

Sherbrooke : 819 821-8000 poste 61122

Longueuil : 450 463-1835 poste 61122

Sans frais : 1-888-463-1835

Courriel : cfc-formation-creditee-fmss@usherbrooke.ca

Lien site web : USherbrooke.ca/cfc/microprogrammes-et-diplomes/microprogrammes-de-2e-cycle

RENSEIGNEMENTS | DEMANDE D'ADMISSION

Bureau de la registraire

819 821-7686

1 800 267-8337 (Canada seulement)

USherbrooke.ca/admission