



ACADÉMIE MINDFUL TEACHING FRANCE

Méthode Eline Snel

| | |
|-------------|--|
| Document | Programme de la formation de base d'instructeur pour adolescents 13-19 ans |
| Auteur | Peggy Carlier |
| Date | Août 2021 |
| Sécretariat | Frédérique Gouvars |
| Contact | frederique@elinesnel.com |

Programme de la formation de base d'instructeur pour adolescents 13-19 ans

La formation d'instructeur pour adolescents est une formation pour apprendre à appliquer et transmettre la Méthode Eline Snel auprès des adolescents. Elle procure les qualifications nécessaires pour proposer des ateliers de pleine conscience aux adolescents de 13-19 ans, en établissement scolaire, en institut ou en cabinet libéral.

DUREE

39 heures (6h30 par jour - 6 jours)

PROFILS DES STAGIAIRES

La formation s'adresse aux enseignants, éducateurs, professionnels de santé et de la relation d'aide (psychologues, thérapeutes, sophrologues, etc.) et plus généralement à tous ceux qui travaillent avec les adolescents dans le domaine de la pleine conscience.

PREREQUIS

Il est nécessaire au préalable :

- d'avoir suivi un programme **MBSR ou MBCT** en 8 semaines,
- d'avoir une **pratique régulière de la pleine conscience**,
- de s'engager à suivre une **retraite en silence** de 5 jours minimum.

Sur le site de l'ADM (Association pour le Développement de la Mindfulness), vous trouverez une liste des prochains cycles MBSR / MBCT proposés par ses membres. L'ADM a pour vocation de favoriser la diffusion en Europe francophone de la méditation de Pleine Conscience dans un cadre laïque et elle rassemble aujourd'hui plus de 200 instructeurs formés à l'enseignement des programmes MBSR et MBCT.

Le programme Eduquer en pleine conscience, proposé par l'AMT (<https://elinesnel.fr/pour-les-parents-enseignants-educateurs/>), est également valable afin d'être admis.

Tous les dossiers de candidature à la formation sont soigneusement examinés avant accord définitif sur la base d'un entretien préalable.

AMT France – AMT Francophone – *Méthode Eline Snel

Académie Mindful Teaching France SARL - 59 Rue de Ponthieu, 75008 Paris, France

T +33(0)182886982 - E peggy@elinesnel.com - W www.elinesnel.fr

TVA : FR84851241372 - SIRET : 85124137200024 - INSEE : C75019151362 - CODE NAF : 8559A Formation continue d'adultes
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11755935475 auprès du préfet de région d'Ile-de-France

Le logo et la Méthode Eline Snel sont des marques déposées. Tous droits réservés.



OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Apprendre à mettre en œuvre auprès des adolescents le programme complet de méditation de pleine conscience « Méthode Eline Snel » (auteur du livre « Calme et attentif comme une grenouille » et « Proche mais pas trop »), afin de :

- pour les enseignants, favoriser un climat scolaire propice aux apprentissages dans une classe plus concentrée et sereine, dans le respect d'autrui ;
- pour les professionnels de santé ou de la relation d'aide, favoriser un climat thérapeutique propice à l'acquisition des compétences et moyens pour la santé et la qualité de vie des adolescents.

CONTENU DE LA FORMATION

Jour 1 (6h30) : Les fondamentaux et la mise en perspective de la Méthode Eline Snel.

Jour 2 (6h30) : Les mécanismes d'apprentissage, l'observation et la concentration. Mise en pratique du dialogue exploratoire.

Jour 3 (6h30) : Comment accueillir les souhaits et les désirs. Observations, ressentis, actions. Faire la différence entre réagir (automatiquement, souvent inconsciemment) et répondre / agir (consciemment).

Jour 4 (6h30) : La mise en perspective et les pratiques concernant les émotions et les pensées.

Jour 5 (6h30) : L'acceptation bienveillante de l'imperfection. Comment transmettre la pleine conscience et apprendre soi-même à être conscient. Comment transmettre la compassion et l'auto-compassion.

Jour 6 (6h30) : Les qualités nécessaires pour accompagner les adolescents. L'amour, le courage, la compassion et la confiance.

Mise à disposition des informations relatives aux études sur l'efficacité de la pleine conscience chez les adolescents ; au lancement et à l'élaboration du programme pilote ; à l'entretien de supervision ; à la rédaction du compte-rendu final ; à la mise en œuvre de la Méthode Eline Snel dans l'enseignement, en cabinet ou en institut ; à l'utilisation des matériels disponibles.

EQUIPE PEDAGOGIQUE

Aucune date n'est actuellement disponible pour cette formation

Formateurs

Marie-Line Chef San Marcelino : Orthophoniste de formation et 15 ans de tai-chi. Enseigne la méthode Eline Snel en groupes privés et en établissements scolaires pour les enfants et les adolescents.

Peggy Carlier : Directrice de l'AMT France.

Psychothérapeute et thérapeute systémique, spécialisée dans l'approche systémique, relationnelle et interactionnelle. Instructrice en Mindfulness (MBSR et MBCT) et à la Méthode Eline Snel pour

AMT France – AMT Francophone – *Méthode Eline Snel

Académie Mindful Teaching France SARL - 59 Rue de Ponthieu, 75008 Paris, France

T +33(0)182886982 - E peggy@elinesnel.com - W www.elinesnel.fr

TVA : FR84851241372 - SIRET : 85124137200024 - INSEE : C75019151362 - CODE NAF : 8559A Formation continue d'adultes
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11755935475 auprès du préfet de région d'Ile-de-France

Le logo et la Méthode Eline Snel sont des marques déposées. Tous droits réservés.



enfants et adolescents et au programme Eduquer en pleine conscience. Intervenante et formatrice en méditation en milieu scolaire et formation continue des enseignants. Pratique de la Programmation Neurolinguistique.

Olivier Coudroy

Cécile Goux : Collaboratrice à l'AMT France. Professeure des écoles spécialisée dans la scolarisation des élèves allophones arrivants à l'école primaire et au collège. Pratique de la Communication Non Violente selon la méthode de Marshall Rosenberg. Professeure de yoga et de méditation pour enfants et adultes. Intervenante et formatrice en méditation en milieu scolaire et formation continue des enseignants. Animatrice de débats philosophiques selon la méthode de la fondation SEVE (présidée par Frédéric Lenoir). Formée au MBSR et MBCT.

Formateurs compétents pour adapter les moyens de la prestation aux personnes en situation de handicap physique.

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Un parcours complet de cours interactif, des exercices d'entraînement, des pratiques formelles et informelles. Des apports théoriques, échanges, analyses de pratiques, recherche de solutions, jeux de rôles, petits groupes de pairs, une session de supervision.

Mise à disposition de manuels détaillés des pratiques et d'un guide d'accompagnement.

Evaluation du compte-rendu du premier pilote.

Les séquences suivent un parcours pédagogique progressif et cohérent. La formation doit être suivie dans l'ordre pour être pleinement assimilée.

DISPOSITIF DE SUIVI DE L'EXECUTION DE L'EVALUATION DES RESULTATS DE LA FORMATION

- feuilles de présence
- mises en situation
- formulaires d'évaluation de la formation
- compte-rendu final
- supervision.

AMT France – AMT Francophone – *Méthode Eline Snel

Académie Mindful Teaching France SARL - 59 Rue de Ponthieu, 75008 Paris, France

T +33(0)182886982 - E peggy@elinesnel.com - W www.elinesnel.fr

TVA : FR84851241372 - SIRET : 85124137200024 - INSEE : C75019151362 - CODE NAF : 8559A Formation continue d'adultes

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11755935475 auprès du préfet de région d'Ile-de-France

Le logo et la Méthode Eline Snel sont des marques déposées. Tous droits réservés.

