



Formation des facilitateurs OMT®

Programme général

La formation de facilitateur assure une transmission authentique et de qualité des méthodes et protocoles de l'**Altruistic Open Mindfulness**. Il est demandé que chaque enseignant acquière un bon niveau de compétences théoriques et pratiques avant de transmettre.

La formation pour devenir facilitateur se déroule sur une période minimale de 36 semaines et maximale de 2 ans et demi, afin de s'ajuster aux disponibilités des candidats.

Les accréditations sont soumises à divers critères et sont renouvelées chaque année par le comité d'accréditation de l'AOM Institute, sur la base d'un rapport détaillé d'activité et de pratique.

La formation allie théorie, application de la transmission de la Pleine Présence, pratique contemplative personnelle quotidienne et activité bénévole pour le fonctionnement et le développement de l'AOM Institute.

La formation de facilitateur OMT :

I. La formation de base (12 semaines)

1. Prérequis

Aucun

2. Études

« Le livre de la Pleine Présence » de Denys Rinpoché aux éditions Albin Michel

3. Pratique

2 Séminaires OMT en 8 semaines : 104h

ou

1 Séminaire OMT en 8 semaines et

1 Retraite OMT d'approfondissement en 8 jours : 104h

Pratique personnelle sur 16 semaines : 112h

4. Formations complémentaires optionnelles

Séminaire AMT en 8 jours : 52h

II. La formation d'Assistant OMT (12 semaines)

Un Assistant OMT est un facilitateur en formation qui peut assister un facilitateur accrédité lors d'un séminaire OMT sur 8 semaines en guidant les pratiques de pleine présence et les pratiques physiques.

Il peut aussi mener des cercles de Pleine Présence en ville sous la supervision régulière d'un facilitateur accrédité.

1. Prérequis

2 années de pratique de la Pleine Présence
Avoir suivi la formation de base (ci-dessus)
Avoir suivi une journée de formation à la Communication NonViolente ou à l'écoute profonde
Être recommandé par un facilitateur accrédité (lettre)
Signer l'engagement déontologique
Acceptation de la candidature par le comité d'accréditation

2. Dossier de candidature :

- Certificats de suivi de la formation de base et des formations CNV ou écoute profonde
- Attestation sur l'honneur de pratique de la pleine présence depuis deux ans
- Une lettre de recommandation par un facilitateur accrédité par l'AOM
- Un CV professionnel
- Un CV dans la pratique de la pleine présence ou autres pratiques (méditation, Dharma, yoga, etc.)
- Une lettre de motivation

3. Formation proprement dite

Week-end de validation du projet personnel : 12h

Séminaire de formation qualifiante 8j « Assistant » : 64h

- Mener les pratiques de l'OMT
- Conduire les retours d'expérience
- Conduire les pratiques physiques
- Apprendre l'écoute profonde
- Qu'est-ce qu'être assistant d'un facilitateur

4. Pratique

Pratique personnelle pendant les formations : 52h

Pratique quotidienne : 108 h

5. Stages & activités au sein de l'AOM

1 Stage assistant (8 semaines) supervisés par un facilitateur : 96h

6. Formations complémentaires optionnelles

Retraite « Comprendre l'humanisme naturel de la Pleine Présence » (7j) : 52h

Formation d'Instructeur de Cercle de Pleine Présence (2j) : 12h

Formation d'Instructeur de Loka Rimay (2j) : 12h

III. La formation de facilitateur OMT (12 semaines)

Un facilitateur, une fois accrédité par l'AOM Institute peut mener des séminaires OMT en 8 semaines. Il peut agir en indépendant ou pour le compte d'un organisme accrédité par l'AOM Institute ou la fondation Shangpa.

Le facilitateur agit selon l'engagement déontologique et participe activement et solidairement au développement du réseau AOM, sous forme de temps et d'une participation financière annuelle (voir Règlement intérieur de l'Association).

1. Prérequis

La formation d'Assistant OMT

Avoir été assistant lors d'au moins un cycle OMT

Se choisir un tuteur/mentor parmi les facilitateurs accrédités les plus chevronnés

2. Formation proprement dite

(Présentiel ou on-line) (7j) : 52h

Séminaire de Sciences contemplatives (7j, en présentiel ou en ligne) : 64h

- Comprendre la phénoménologie opérative de la Pleine Présence

Séminaire de formation qualifiante Facilitateur I (7j) : 64h

- Bilan et remise à niveau après le premier stage
- Approfondissement de la guidance des pratiques
- Faire les présentations de l'OMT
- Mener les questions/réponses et les cercles d'échanges
- Mener un entretien de méditation

Séminaire de formation qualifiante Facilitateur II (7j) : 64h

- Gérer ses émotions et celles du groupe
- Apprendre la communication empathique
- Gérer l'ambivalence intra et interpersonnelles
- Dynamiques de groupes
- Gérer les situations difficiles
- Points généraux sur la posture de facilitateur

Études personnelles Sciences Contemplatives : 36h

Études personnelles sur l'éthique et la pédagogie (*bibliographie donnée lors de la semaine facilitateurs II*) : 36h

Passage de diplôme de Sciences Contemplatives (en présentiel ou en ligne) : 4h

Entretien personnel avec Denys Rinpoché ou un membre de l'équipe de formation (fin de la formation) : 1h

3. **Pratique**

Pratique personnelle pendant les formations : 156h

Pratique quotidienne : 108h

Retraite solitaire (8 jours) dont trois jours en isolation sensorielle (Münkang) : 64h

4. **Stages & Activités au sein de l'AOM**

1 deuxième stage assistant (8 semaines) supervisés par un facilitateur : 96h

Participation aux travaux de l'AG : 6h

Note importante :

Après l'accréditation, les deux premiers séminaires menés en tant que facilitateurs sont supervisés par un tuteur sous la forme de bilan hebdomadaire (lors de la conduite d'un cycle OMT) ou à la demande par Skype.

Le rôle du tuteur/mentor pendant la formation :

Chaque candidat engagé dans la formation de facilitateur doit se choisir un tuteur/mentor qui le suivra personnellement tout au long de sa formation et pendant les deux premiers cycles OMT qu'il conduira après accréditation.

Le tuteur/mentor a pour rôle de soutenir le candidat et de l'orienter dans sa formation en faisant des points réguliers sur la pratique, les semaines de formation, et les expériences en tant qu'assistant et ensuite facilitateur en première année.

Ce tutorat/mentorat n'est pas un soutien psychologique mais permet d'accroître la transmission de l'expérience de facilitation de l'OMT en faisant un bilan et en s'appuyant sur l'expérience des facilitateurs les plus chevronnés.

Note importante : *Les facilitateurs en formation sont fortement incités à mettre en place un suivi psychologique personnel régulier, de la forme de leur choix, tout au long de la*

formation, afin d'être aidés à élucider les dynamiques psychologiques personnelles qui peuvent être mises en évidence au cours de la formation.

Les autres niveaux de formation (à partir de 2019-2020) :

IV. La formation de facilitateur OMT Senior (12 semaines)

Le facilitateur OMT Senior valide son expérience et peut, après accréditation, mener des formations de facilitateurs et des séminaires de sciences contemplatives organisées par un organisme accrédité par l'AOM Institute ou la Fondation Shangpa et mener des séminaires OHT en 8 semaines.

Le facilitateur agit selon l'engagement déontologique et participe activement et solidairement au développement du réseau AOM, sous forme de temps et d'une participation financière.

1. Prérequis

Être facilitateur accrédité depuis plus deux ans
Avoir mené 5 séminaires OMT en tant que facilitateur

2. La formation proprement dite

Séminaire de formation qualifiante Facilitateur Senior (7j) : 71h

- Savoir intervenir et former les assistants
- Savoir transmettre les sciences contemplatives

Séminaire de formation qualifiante Facilitateur AMT (7j) : 71h

- Savoir transmettre la méthode AMT

Séminaire d'approfondissement au *contemplative coaching* (7j) : 71h

- Intelligence émotionnelle
- Entretiens de microphénoménologie
- Écoute profonde, niveau approfondi
- Apprentissage de méthodes de coaching utiles
- Pleine Présence et connaissance de soi

Études personnelles : sciences contemplatives niveau 2 et psychagogie

(bibliographie donnée lors de la « semaine qualifiante facilitateur senior ») : 12h

Entretien personnel avec Denys Rinpoché ou un membre de l'équipe de formation (fin de formation) : 1h

3. Pratique

Pratique personnelle pendant les formations : 156h

Pratique quotidienne : 108h

Retraite solitaire (8 jours) dont trois jours en isolation sensorielle (Münkang) : 64h

4. Stage & Activités pour l'AOM

1 Stage assistant formateur de facilitateurs (7j.) : 71h

Œuvrer pour l'AOM Institute (2h/semaine) : 90h/an

5. Formations complémentaires optionnelles

Séminaire de formation qualifiante *Comprendre l'Humanisme naturel de la Pleine Présence* (7 j.) : 71h

- Pouvoir mener des retraites

V. La formation de facilitateur OMT Expert (12 semaines)

Le facilitateur expert est un facilitateur qui apporte son expertise dans un domaine de compétence et d'application de l'OMT et œuvre à la création de protocoles d'application. Il devient, après création du protocole qu'il cède à l'AOM, le référent unique de cette application, sous la supervision de Denys Rinpoché et gère les formations grand public et de facilitateurs voulant se spécialiser.

1. Prérequis

Être facilitateur accrédité depuis plus de deux ans
Avoir mené 5 séminaires OMT en tant que facilitateur

2. Formation proprement dite

Rédiger un mémoire (13 000 mots) exposant une application de l'OMT et un protocole : 150h
Soutenance de la thèse devant Denys Rinpoché lors d'un séminaire : 1h

3. Pratique

Pratique personnelle quotidienne : 160h

4. Activités pour l'AOM

Œuvrer pour l'AOM Institute (2h/semaine) : 90h/an