



AOM

Altruistic Open Mindfulness

**Formation des facilitateurs OMT®**  
Programme général

**Table des matières**

- I. Présentation générale..... 2
- II. Le cursus de la formation de facilitateur OMT : ..... 2
  - 1. Description générale du cursus de formation..... 2
  - 2. La formation de base (les prérequis)..... 2
  - 3. La constitution du dossier de candidature..... 2
  - 4. Le week-end d'information et d'orientation ..... 3
  - 5. La retraite de formation (niveau Assistant)..... 3
  - 6. Le 1<sup>er</sup> stage en tant qu'assistant d'un facilitateur ..... 3
  - 7. Les cours et l'examen de phénoménologie libératrice ..... 4
  - 8. Les 2 retraites de formation (niveau facilitateur)..... 4
  - 9. Le 2<sup>ème</sup> stage en tant qu'assistant d'un facilitateur ..... 5
  - 10. La retraite individuelle d'intégration..... 5
  - 11. La requête d'accréditation et l'accréditation ..... 5
- III. Le rôle du tuteur/mentor pendant la formation : ..... 5
- IV. L'accréditation de première année : ..... 6
- V. Les critères d'évaluation : ..... 6
  - 1. La grille de notation pour les semaines de formation et les stages..... 6
  - 2. L'évaluation des stages assistants ..... 7
- VI. L'équipe pédagogique ..... 7
- VII. Tarif de la formation..... 8

## I. Présentation générale

La formation de facilitateurs 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 méthode Open Mindfulness Training.

La formation pour devenir facilitateur se déroule sur une période minimale de 1 an et maximale de 3 ans, 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'*Institut AOM*, 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*.

## II. Le cursus de la formation de facilitateur OMT :

### 1. Description générale du cursus de formation

La formation se décompose en cinq temps :

1. La **formation de base**, qui constitue les prérequis ;
2. Les **retraites de formation**, pendant lesquelles sont transmises et évaluées les techniques de transmission de l'OMT ;
3. La **formation théorique**, constituée d'une série de cours en ligne et d'une évaluation finale ;
4. Les **stages** en tant qu'assistant d'un facilitateur accrédité sur un séminaire OMT en 8 semaines ;
5. La **retraite individuelle** d'intégration finale.

### 2. La formation de base (les prérequis)

#### 1. Prérequis

Pratiquer la pleine présence-pleine conscience, ou la méditation depuis au moins deux ans.

#### 2. Études

Étudier « Le Grand Livre de la Pleine Présence » de Denys Rinpoché aux éditions *Albin Michel*

#### 3. Pratique

2 Séminaires OMT en 8 semaines

Pratique personnelle quotidienne d'au minimum 30 minutes sur 16 semaines

#### 4. Formations complémentaires

Obligatoire : Suivre un stage d'initiation à la Communication NonViolente ou à l'écoute profonde

Optionnel : Suivre un séminaire *AMT*® en 8 jours

### 3. La constitution du dossier de candidature

Une fois la formation de base terminée et tous les prérequis remplis, il est possible de soumettre son dossier de candidature à la formation de facilitateurs OMT. Ce dossier devra comporter :

- Une lettre de motivation expliquant les raisons pour lesquelles vous désirez commencer une formation pour devenir facilitateur, votre projet personnel et comment vous souhaitez organiser cette formation (en 1, 2 ou 3 ans) et les raisons de ce choix.
- Une **lettre de recommandation** par un facilitateur ou une facilitatrice accrédité.e par l'*Altruistic Open Mindfulness*. (de préférence avec qui on a suivi un séminaire OMT)
- Un CV professionnel.
- Un **CV récapitulant toutes les pratiques méditatives**, stages, initiations que vous avez reçues avec le nom des enseignants.
- Une **attestation de suivi de séminaire OMT** signée par le facilitateur ou la facilitatrice pour chacun des 2 séminaires prérequis.
- Une **attestation de suivi de stage CNV ou d'écoute profonde**, signée par le formateur ou la formatrice.
- Une **copie d'une pièce d'identité** officielle en cours de validité.
- Une **photo d'identité** au format passeport de moins de 3 mois au format électronique JPEG.

Pour la promotion 2020-2021 de la formation de facilitateur OMT, le dossier de candidature devra être envoyé complet, au plus tard le **10 septembre 2020** à minuit, par email, à :

- **Brigitte Deverly**, Secrétaire des formations de l'AOM : [bdeverly@yahoo.fr](mailto:bdeverly@yahoo.fr).

Les dossiers de candidature seront examinés par le comité pédagogique pour une première sélection. À la suite de cet examen, vous serez invités à venir suivre un week-end d'information et d'orientation le week-end du 19 et 20 septembre 2020 où vous passerez un entretien avec l'équipe pédagogique qui ensuite vous confirmeront votre acceptation dans la formation.

Tout dossier envoyé incomplet ou après le 10 septembre 2020 ne sera pas examiné par le comité pédagogique.

#### 4. Le week-end d'information et d'orientation

Après première acceptation (non définitive) du dossier de candidature, vous serez invités à un week-end d'information et d'orientation de la formation de facilitateurs. Ce week-end sera l'occasion de :

- Passer un entretien de motivation avec l'équipe pédagogique,
- Comprendre les détails et le déroulement de la formation,
- De poser toutes les questions que vous pourriez avoir concernant la formation au sens large,
- D'évaluer et co-construire votre projet de formation avec l'équipe pédagogique.

Ce week-end d'information et d'orientation aura lieu les **19 et 20 septembre 2020** à Lyon. **La participation à ce week-end est obligatoire** pour entrer dans la formation.

À la suite de ce week-end, le comité pédagogique de l'AOM vous donnera une réponse définitive concernant votre acceptation dans la formation de facilitateurs.

#### 5. La retraite de formation (niveau Assistant)

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.

Dates : du **17 au 23 octobre 2020**,

Lieu : Centre de retraite **Tarchine Ling**, Domaine d'Avallon.

**Objectifs pédagogiques de la semaine :**

- Être capable de mener convenablement toutes les pratiques de l'OMT,
- Conduire les retours d'expériences,
- Conduire les pratiques physiques,
- Comprendre le rôle d'un assistant-facilitateur.

**Supports nécessaires et étude personnelle :**

- Le *Grand Livre de la Pleine Présence* de Denys Rinpoché,
- Le carnet du pratiquant
- Le carnet d'entraînement.

Durant cette semaine, les candidats sont évalués et notés, ce qui donne droit à une validation en tant qu'assistant-facilitateur de l'AOM et ouvre la possibilité d'assister un facilitateur accrédité lors de séminaires en 8 semaines. En cas d'évaluation insuffisante, le candidat devra repasser la semaine de formation avant de pouvoir être assistant.

#### 6. Le 1<sup>er</sup> stage en tant qu'assistant d'un facilitateur

Dès que la première semaine de formation a été validée par la commission pédagogique, le candidat doit effectuer des démarches pour proposer ses services en tant qu'assistant à un facilitateur afin de pouvoir terminer ce stage avant la deuxième retraite de formation en avril 2021.

Pendant ce stage, l'assistant assiste le facilitateur tant du point de vue logistique que dans la conduite des pratiques de l'OMT tout au long des 8 semaines.

À la fin de ce stage, l'assistant est évalué par le facilitateur.

## 7. Les cours et l'examen de phénoménologie libératrice

La « phénoménologie libératrice » constitue l'aspect théorique de la formation de facilitateurs OMT. Elle permet d'étudier la conscience en son fonctionnement, sa constitution et sa dynamique habituelle, le processus de transformation de la conscience dans la pratique de la pleine présence et l'expérience de la pleine présence quand elle est acquise et stabilisée. Ce cours se suit en ligne sous forme de huit classes virtuelles en soirées qui peuvent être vues en différé en cas d'absence à l'un des cours.

Dates : **entre fin janvier et fin mars 2021** (dates à définir), 1 fois par semaine, de 19h00 à 21h00.

Lieu : Classe virtuelle (ZOOM)

À l'issue de ce cours un **examen oral** d'une demi-heure en ligne est organisé, sous forme de 3 questions de cours, 3 questions de vocabulaire et 1 question de fond nécessitant un exposé de 10 minutes. Cet examen est noté par le formateur. L'examen aura lieu courant juin 2021.

## 8. Les 2 retraites de formation (niveau facilitateur)

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).

### Semaine Niveau facilitateur 1 :

#### Prérequis :

- Avoir validé la formation d'Assistant OMT,
- Avoir été assistant lors d'au moins un cycle OMT,
- Avoir suivi les cours de sciences contemplatives.

#### Objectifs pédagogiques de la semaine :

- Faire un bilan et une remise à niveau après le premier stage,
- Approfondir la guidance des pratiques de l'OMT,
- Faire les présentations de l'OMT avec justesse, précision, concision et clarté,
- Mener les sessions de questions réponses,

Dates : **17 au 23 Avril 2021**

Lieu : Centre de retraite **Tarchine Ling**, Domaine d'Avallon.

Durant cette semaine, les candidats sont évalués et notés, ce qui donne droit à une validation afin de pouvoir faire aussi des présentations en tant qu'assistant de l'AOM. En cas d'évaluation insuffisante, le candidat devra repasser la semaine de formation avant de pouvoir faire des présentations dans le cadre de l'assistance d'un facilitateur.

### Semaine Niveau facilitateur 2 :

#### Prérequis :

- Avoir validé la formation Facilitateur Niveau 1,
- Avoir validé l'examen de sciences contemplatives,
- Avoir au minimum commencé le deuxième stage en tant qu'assistant d'un facilitateur.

#### Objectifs pédagogiques :

- Gérer ses émotions et celles du groupe,
- Approfondir l'écoute profonde,
- Gérer l'ambivalence intra et interpersonnelles,

- Comprendre les dynamiques de groupes,
- Comprendre les dynamiques d'apprentissage,
- Gérer les situations difficiles,
- Comprendre la posture de facilitateur.

Dates : **10 au 16 juillet 2021**

Lieu : Centre de retraite **Tarchine Ling**, Domaine d'Avallon.

Durant cette semaine, les candidats sont évalués et notés et ce qui donne droit à une validation afin de pouvoir terminer la formation. En cas d'évaluation insuffisante, le candidat devra repasser la semaine de formation avant de pouvoir soumettre sa requête d'accréditation auprès de Denys Rinpoché et du comité d'accréditation.

### 9. Le 2<sup>ème</sup> stage en tant qu'assistant d'un facilitateur

Dès que la deuxième semaine de formation a été validée par la commission pédagogique, le candidat doit effectuer des démarches pour proposer ses services en tant qu'assistant à un facilitateur afin d'avoir commencé ce deuxième stage avant la deuxième semaine de formation niveau facilitateur en juillet 2021.

Pendant ce stage, l'assistant assiste le facilitateur tant du point de vue logistique que dans la conduite des pratiques et les présentations de l'OMT tout au long des 8 semaines.

À la fin de ce stage, l'assistant est évalué par le facilitateur.

### 10. La retraite individuelle d'intégration

À la fin de sa formation et une fois les stages terminés, le candidat doit effectuer une retraite individuelle de 9 jours dont 3 jours en isolation sensorielle (Münkhang). Cette retraite est un temps d'intégration intensive des pratiques de l'OMT et de mise en perspective de l'année de formation écoulée.

Les facilitateurs accrédités doivent faire une retraite individuelle d'une semaine chaque année pour reconduire leur accréditation.

### 11. La requête d'accréditation et l'accréditation

Une fois que tout le parcours de formation a été accompli, le candidat envoie à la commission d'accréditation son dossier en vue d'obtenir son accréditation. Ce dossier se constitue :

- Des notes des 3 niveaux de formation, ainsi que la note des examens des sciences contemplatives,
- Des évaluations des deux stages, signées et notées par les facilitateurs,
- D'une attestation de suivi d'une retraite d'intégration par le responsable des centres de retraite,
- D'une lettre de requête d'accréditation motivée et adressée à Denys Rinpoché,
- De la charte et l'engagement déontologique de l'AOM signés.

À la suite de cette requête, la commission d'accréditation se réunit autour de Denys Rinpoché, évalue toutes les évaluations des diverses formations et stages et accrédite le candidat s'il remplit tous les critères pour une première année de probation. En cas de rejet de l'accréditation, la commission émet une recommandation concernant les parties de la formation à refaire pour satisfaire aux critères d'accréditation.

Toute accréditation est ensuite valable un an et est reconduite par la commission d'accréditation sous réserve que le facilitateur accrédité a respecté la charte et l'engagement déontologique de l'AOM, est à jour de ses cotisations à l'association et a une activité effective dans le développement et la transmission de la pleine présence ouverte.

### III. 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.

#### IV. L'accréditation de première année :

L'accréditation pour la première année est considérée comme une année de probation. Pendant cette première année, le facilitateur nouvellement accrédité reste sous le tutorat/mentorat du tuteur qu'il s'est choisi et la supervision de la commission d'accréditation.

Il ou elle doit notamment enregistrer l'intégralité de ses deux premiers séminaires en tant que facilitateur et faire parvenir ses enregistrements à la commission d'accréditation. La commission pourra alors émettre avis et conseils afin d'aider le facilitateur à s'améliorer et rectifier les points un peu délicats dans la guidance. Le mentor supervise quant à lui l'attitude générale et l'éthique du facilitateur.

À la fin de la première année, le facilitateur sera reconduit ou pas, comme tout facilitateur déjà accrédité et pourra exercer de plein droit dans la simple « intervision » entre pairs à partir de la deuxième année.

#### V. Les critères d'évaluation :

##### 1. La grille de notation pour les semaines de formation et les stages

Chaque candidat est évalué selon 6 critères selon une note allant de 1 à 5, 1 signifiant insuffisant et 5 excellent, pleinement intégré :

1	<b>Insuffisant</b> , le candidat ne maîtrise pas le critère d'évaluation
2	<b>Moyen</b> , le candidat ne maîtrise pas une large partie du critère d'évaluation
3	<b>Assez bien</b> , le candidat maîtrise globalement le critère d'évaluation mais peut encore progresser sur certains aspects
4	<b>Bien</b> , le candidat maîtrise le critère d'évaluation et fait même preuve d'excellence sur certains points
5	<b>Excellent</b> , le candidat maîtrise parfaitement le critère d'évaluation et fait même preuve d'excellence sur la plupart des points

Les 6 critères d'évaluation sont :

- La fidélité au protocole,
- L'organisation générale,
- L'intelligibilité des propos,
- La présence ou capacité à incarner ce qui est enseigné,
- La relation aux personnes et au groupe,
- L'accompagnement des personnes dans leur pratique.

Une note moyenne inférieure à 2,5 en général est éliminatoire, c'est-à-dire que le candidat devra soit refaire la semaine de formation ou le stage « assistant » afin de s'assurer que le candidat a bien intégré la formation dans sa pratique de la transmission de la Pleine Présence (voir barème ci-après).

Conformément à l'engagement déontologique, les candidats s'engagent à avoir une attitude neutre et bienveillante durant les formations et les stages et à être particulièrement attentifs à leur posture et à leur présentation (habillement neutre et propre, attitude professionnelle, odeurs...) Ces critères seront pris en compte dans les critères d'évaluation.

Tout au long de la formation, les personnes amenées à évaluer les candidats s'engagent à attribuer des notes en rapport avec la capacité réelle du candidat et à ne noter que selon les critères énoncés et ce qui est demandé de la manière la plus objective qui soit.

Un candidat moyen sur certains critères doit être noté 1 ou 2 si cela reflète effectivement son niveau. Un candidat excellent doit être noté 4 ou 5 si cela reflète effectivement son excellence.

Les notes individuelles sont confidentielles, cependant, si le candidat ne comprend pas sa note, il peut faire une requête d'explication aux formateurs qui doivent lui fournir une explication suffisante sans révéler l'identité des évaluateurs.

Les formateurs s'engagent à ne pas révéler les notes des autres candidats, mais simplement la moyenne de la session et des autres candidats de la formation.

Les formateurs s'engagent à fournir un feedback détaillé et bienveillant à chacun des candidats en présentant objectivement les critères de notation, les points forts et les aspects à développer.

Enfin, les formateurs s'engagent à faire preuve de bienveillance générale au cours de toute la formation et à ne pas mettre en difficulté les candidats que ce soit du point de vu émotionnel ou du point de vue technique. Les candidats ayant des difficultés personnelles au cours de la formation de quelque ordre que ce soit sont invités à en faire part à leur tuteur/mentor et aux formateurs eux-mêmes pendant les semaines de formation. Apprendre à exprimer ses craintes, ses difficultés, ses blocages avec ouverture et authenticité est une marque d'intégration de la pleine présence et les formateurs en tiendront compte.

## 2. L'évaluation des stages assistants

Les stages « assistant » sont évalués par le facilitateur du stage qui dans un délai d'un mois après la dernière séance formelle doit remplir le document d'évaluation de l'intervention du candidat assistant.

D'abord, le facilitateur donne une note de 1 à 5 aux 6 critères listés dans le paragraphe ci-dessus, de demi-point en demi-point.

Puis il répond à des questions qualitatives sur les points forts du candidat, les points d'amélioration et donne les feedback directs concernant l'assistant donné par les participants dans les feuilles d'évaluation du stage.

## VI. L'équipe pédagogique



**Denys Rinpoché** est le fondateur l'AOM et créateur de la méthode Open Mindfulness Training. Il supervise les formations, dirige la commission d'accréditation et attribue les accréditations des facilitateurs de pleine présence.



Conseil en entreprise et intervenante dans l'enseignement supérieur, **Carine Rial** est l'actuelle présidente de l'AOM et du Centre de Méditation de Lyon-Bellecour où elle anime cercles de pleine présence et cycles OMT.

Elle a rejoint l'équipe pédagogique en 2020 à la demande de Denys Rinpoché.



**Eric Le Gal**, est économiste de formation, coach de dirigeants, consultant en entreprise et enseignant. Il a effectué une retraite de trois ans sous la guidance de Denys Rinpoché.

Il est chargé des cours de sciences contemplatives.



**Annie Leroux**, professeure de yoga, étudiante de longue date de Denys Rinpoché, a fondé « les sens du yoga » supervise particulièrement l'enseignement de la guidance des pratiques physiques.

Elle intervient lors de la retraite de formation, niveau Assistant.



**Brigitte Deverly**, praticienne de Shiatsu et étudiante de Denys Rinpoché, supervise particulièrement l'enseignement liés aux retours d'expérience et à l'attention corporelle et au toucher.

Elle intervient lors de la retraite de formation, niveau Assistant.



**Marina Sibille**, a effectué de longues retraites sous la guidance de Denys Rinpoché. Marina s'est aussi formée à la méthode d'Eline Snel d'enseignement de la pleine conscience pour les enfants.

Elle intervient lors de la retraite de formation, niveau Facilitateur.



**Delphine de Préville**, psychologue clinicienne et étudiante de Denys Rinpoché, a fondé l'Institut de Psychologie contemplative. Elle supervise le programme « Convergences » de l'Institut Pleine Présence.

Elle intervient lors de la retraite de formation, niveau Facilitateur.

## VII. Tarif de la formation

**Le tarif de la formation, inclut : la retraite de formation niveau assistant, la formation en ligne et l'examen des sciences contemplatives, les 2 retraites de formation niveau facilitateur. Il n'inclut pas les hébergements et la retraite individuelle.**

La formation peut être payée en une ou plusieurs fois.

L'adhésion à la Buddha University est obligatoire pour entrer en formation.

Tarif de la formation	Revenus <1 200€/mois, chômeurs, étudiants*	Revenus >1 200€/mois
<b>Coûts initiaux</b>		
Adhésion à la Buddha University	120 €	120 €
Frais de dossiers	90 €	90 €
Week-end d'information et d'orientation	90 €	90 €
<b>Frais de la formation proprement dite</b> <i>(hors prérequis, hébergements et retraite individuelle finale)</i>		
<b>Coût total de la formation paiement au 15 octobre 2020</b>	<b>2 150 €</b>	<b>2 530 €</b>
<b>Paiement en 3 fois</b>		
15 octobre 2020	<b>717 €</b>	<b>844 €</b>
15 décembre 2020	<b>717 €</b>	<b>844 €</b>
15 février 2021	<b>717 €</b>	<b>844 €</b>
	<i>(incl. 5% de frais)</i>	<i>(incl. 5% de frais)</i>

\* : Sur présentation d'un avis d'imposition de l'année précédente, d'une attestation Pôle Emploi ou d'une carte d'étudiant valides au moment de l'inscription.

Des difficultés financières ne doivent pas être un frein, n'hésitez pas à nous contacter ou à nous en faire part lors de la soumission de votre candidature.

En cas de non-respect du contrat de formation signé après acceptation dans la formation, d'échec dans la formation, aucun remboursement ne pourra être réclamé par le candidat pour les sommes déjà versées.

Ce tarif est indicatif et la direction de l'AOM se réserve le droit d'en modifier les montants jusqu'au moment de l'acceptation dans la formation.

Fait à Lyon, août 2020.

---

Pour tout renseignement concernant les formations de facilitateur de l'AOM, contacter Brigitte Deverly ([bdeverly@yahoo.fr](mailto:bdeverly@yahoo.fr)).