



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 semaine de formation niveau Assistant	3
6)	Le 1er stage en tant qu'assistant d'un facilitateur	4
7)	Les cours et l'examen de phénoménologie libératrice	4
8)	La 1ère semaine de formation niveau facilitateur.....	4
9)	Le deuxième stage en tant qu'assistant d'un facilitateur	5
10)	La 2eme semaine de formation niveau facilitateur	5
11)	La retraite individuelle d'intégration.....	6
12)	La requête d'accréditation et l'accréditation	6
III.	Le rôle du mentor pendant la formation.....	6
IV.	L'accréditation de première année	7
V.	Les critères d'évaluation :	7
VI.	L'évaluation des stages assistants	8
VII.	L'équipe pédagogique.....	9
VIII.	Tarif de la formation	11

I. Présentation générale

La formation de facilitateurs assure une transmission authentique et de qualité des méthodes et protocoles de l'**Altruistic Open Mindfulness (AOM)**. 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 la commission d'accréditation de l'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

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 **semaines 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 avec deux facilitateurs différents, dont au moins un en présentiel

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

Avoir fait une retraite individuelle de 7 jours avec attestation

4. Formations complémentaires

Obligatoire : Suivre un stage d'initiation à la Communication Non Violente 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) avec les raisons de ce choix
- Une **lettre de recommandation** par un facilitateur ou une facilitatrice accrédité.e par l'*Altruistic Open Mindfulness* avec qui vous avez suivi un séminaire *OMT* ainsi que les carnets d'entraînement

- 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 formatrice 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 2021-2022 de la formation de facilitateur OMT, le dossier de candidature devra être envoyé complet, au plus tard le **1^{er} août 2021** à minuit, par email, à :

- **Brigitte Deverly**, Secrétaire des formations de l'AOM bdeverly@yahoo.fr.

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 :

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

Ce week-end d'information et d'orientation aura lieu les **11 et 12 septembre 2021 en Avallon**. **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 semaine 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 corporelles.

A la fin de la 1^{ere} semaine de formation, l'assistant peut conduire des cercles de Pleine Présence sous la supervision d'un facilitateur. A la suite de la 2^{eme} semaine de formation, il peut faire une demande à l'équipe pédagogique pour conduire des cercles seul.

Dates : **du 1^{er} au 7 novembre 2021**

Lieu : Domaine d'Avallon.

Objectifs pédagogiques de la semaine :

- Être capable de mener toutes les pratiques de l'OMT (méditatives et corporelles)
- Connaître les bases de la conduite des retours d'expériences
- Comprendre le rôle d'un assistant-facilitateur

Supports nécessaires et étude personnelle :

- Le *Grand Livre de la Pleine Présence* de Denys Rinpoché
- Les pratiques corporelles
- Le carnet du facilitateur
- Le carnet d'entraînement
- Les vidéos du grand séminaire OMT paradigmatique de Denis Rinpoché

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 refaire la semaine de formation avant de pouvoir être assistant.

6) Le 1er 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 1^{ère} semaine de formation facilitateur en avril 2022.

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 dans 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 : à définir

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.

8) La 1ère semaine de formation niveau facilitateur

Lors des séminaires OMT, le facilitateur en cours de formation prend une plus grande place auprès du facilitateur accrédité en commençant à présenter des exposés et en menant des sessions de questions réponses. Il continue à approfondir sa conduite des pratiques corporelles et méditatives et sa guidance des retours d'expérience. Il peut commencer à conduire des cercles de pleine présence sous la supervision d'un facilitateur.

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

Prérequis :

- Avoir validé la formation d'Assistant OMT
- Avoir été assistant lors d'au moins un cycle OMT

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 exposés de l'OMT avec justesse, précision, concision et clarté
- Mener les sessions de questions réponses

Dates : **23 au 31 avril 2022**

Lieu : 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.

9) Le deuxième 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 2022.

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 2eme semaine de formation niveau facilitateur

Animer un cycle OMT ou un cercle suppose une dextérité dans l'animation de groupe et dans la transmission de savoir. Dans un tel contexte, la qualité relationnelle dépend de ce que le facilitateur et l'assistant puissent apprivoiser aisément leur propre fonctionnement cognitif et émotionnel avec lucidité et bienveillance.

Prérequis :

- Avoir validé les formations Assistant et 1ère semaine de formation facilitateur.
- Avoir suivi la semaine de phénoménologie libératrice.
- Avoir effectué au moins la première semaine de stage.

Objectifs pédagogiques :

- Apprivoiser ses émotions et celles du groupe
- Approfondir l'écoute profonde
- Intégrer harmonieusement l'intra et l'interpersonnelle en repérant ses propres points de sensibilité, ses difficultés et ses ressources en les utilisant à bon escient durant son animation.
- Comprendre les dynamiques de groupes
- Comprendre les dynamiques d'apprentissage
- Gérer les situations difficiles
- Comprendre et approfondir la posture de facilitateur
 - Avoir des repères sur la création, la communication, le financement et l'animation d'un cercle, d'un cycle OMT et d'une réunion d'information.
 - Apprendre comment accompagner un assistant.
 - Intégrer un cadre éthique et déontologique dans ses interventions.
 - Connaître et comprendre la grille d'évaluation MBI-TAC.

Dates : **Du 31 juillet au 6 août 2022**

Lieu : Domaine d'Avallon

Durant cette semaine, les candidats sont évalués et notés. En cas d'évaluation insuffisante, le candidat devra repasser la semaine de formation avant de pouvoir déposer son dossier de candidature.

11) 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.

12) La requête d'accréditation et l'accréditation

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

L'évaluation des candidats par les enseignants : les enseignants évaluent la capacité des candidats à conduire les pratiques et assister un facilitateur. L'incapacité à conduire certaines pratiques ou présentations, l'incapacité à assister un facilitateur peuvent être éliminatoires même si la moyenne est acquise (cette liste n'est pas exhaustive).

L'équipe pédagogique peut demander au candidat de refaire la semaine ou des compléments de formation

L'étudiant doit avoir en sa possession l'ensemble des attestations de stage et des attestations concernant son évaluation en semaine de formation et en stage, qu'il doit réclamer auprès des formateurs et facilitateurs auprès de qui il a été. Ces attestations sont transmises par mail ou par courrier papier.

Une fois que tout le parcours de formation a été accompli, le candidat envoie à la commission d'accréditation son dossier en vue de demander 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 de l'engagement déontologique de l'AOM signés.

À la suite de cette requête, la commission d'accréditation se réunit autour de Denys Rinpoché et examine 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 ait respecté la charte et l'engagement déontologique de l'AOM, qu'il soit à jour de ses cotisations à l'association et qu'il ait une activité effective dans le développement et la transmission de la pleine présence.

III. Le rôle du mentor pendant la formation

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

Le 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 puis facilitateur en première année.

Ce mentorat permet de faciliter 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.

Les facilitateurs en formation sont, par ailleurs, fortement encouragés à mettre en place un suivi psychologique personnel régulier, de la forme de leur choix, tout au long de la formation.

IV. L'accréditation de première année

L'accréditation pour la première année est considérée comme probatoire.

Pendant cette première année, le facilitateur nouvellement accrédité reste sous la supervision du mentor qu'il s'est choisi et de la commission d'accréditation.

Il conduit son premier séminaire avec un autre facilitateur accrédité. Si ce n'est pas possible, il enregistre l'intégralité du séminaire et le fait parvenir à la commission d'accréditation. Il ne peut avoir comme assistant qu'un facilitateur en formation dont c'est au moins le deuxième assistantat. Le facilitateur accrédité-binôme ou la commission émettent avis et conseils afin d'aider le facilitateur à s'améliorer et à parfaire les points délicats dans sa guidance.

À la fin de la première année, le facilitateur sera reconduit ou pas, comme tout facilitateur déjà accrédité en fonction de la qualité de ses interventions.

V. Les critères d'évaluation :

Les 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.

La première semaine, les candidats sont notés par les formateurs suivant ces critères.

Dans un but pédagogique, durant la deuxième semaine, les « pairs » vont aussi noter les candidats (leurs notes ont un coefficient différent de celui des enseignants).

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).

Durant la troisième semaine, les candidats sont évalués sur l'ensemble de la semaine, par les formateurs et leurs pairs, selon la grille du MBI-TAC qui leur est présentée à cette occasion. Les principaux critères d'évaluation sont les mêmes que ceux énoncés ci-dessus.

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 sont 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, à ne noter que selon les critères énoncés et ce qui est demandé de la manière la plus objective qui soit, à soutenir et motiver le candidat dans sa capacité de transmission et son discernement.

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.

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 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.

VI. 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 feed-back directs concernant l'assistant donné par les participants dans les feuilles d'évaluation du stage.

VII. 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.



Intervenante dans l'enseignement supérieur et en entreprise, **Carine Rial** est la directrice de l'Institut Pleine Présence AOM et la présidente du Centre de Méditation de Lyon-Bellecour où elle anime cercles de pleine présence et cycles OMT.

Elle intervient lors du week-end d'orientation et des formations à la transmission en ligne.



Brigitte Deverly, infirmière, praticienne de Shiatsu, hypnotherapeute et étudiante de Denys Rinpoché. Elle a participé à la mise en place de l'Institut Pleine Présence en Avallon et à la création du protocole OMT.

Elle intervient lors de la semaine 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 1ère semaine de formation niveau Facilitateur .



Delphine de Préville, psychologue clinicienne et étudiante de Denys Rinpoché, a fondé l'Institut de Psychologie contemplative où elle pratique et enseigne la méditation thérapeutique et l'écoute profonde.

Elle intervient lors de la 2eme semaine de formation niveau Facilitateur.



Frédéric La Combe, pratiquant de méditation depuis plus de 20 ans, traducteur et diplômé d'une maîtrise de chinois, Frédéric est l'organisateur de nombreuses rencontres inter-traditions dans une vision humaniste d'unité dans la diversité au sein de la Buddha University où il œuvre depuis une vingtaine d'années.

Il intervient lors de la première semaine de formation, niveau Facilitateur.



Renaud Clément, Gestalt-thérapeute formé à l'institut GREFOR, Renaud pratique la méditation de pleine présence depuis 2004. Il anime des sessions de pratique et des cycles OMT sur Grenoble et au Domaine d'Avallon depuis une dizaine d'années.

Il intervient lors de la 2eme semaine de formation, niveau Facilitateur.



Isabelle Capin, pratiquante de méditation depuis plus de 20 ans auprès de Denys Rinpoché, Isabelle a effectué la traditionnelle retraite de 3 ans (2015-2019) et dirige les centres de retraite en Avallon. Professeur de danse contemporaine, elle s'est spécialisée dans la danse improvisée en pleine présence. Les pratiques corporelles et la relation corps-esprit sont au centre de sa recherche.

Elle intervient lors du week-end d'orientation et de la semaine de formation, niveau Assistant.

VIII. 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.

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

Selon le souhait de Denys Rinpoché, la formation fonctionne désormais sur la base de la participation consciente.

Chacun peut donner ce qu'il souhaite trouvant l'équilibre entre ce qu'il aimerait donner, ce qu'il peut donner et sa compréhension des besoins de la formation.

En savoir plus sur la participation consciente : <https://www.buddha.university/universite/participation-consciente/>

Les montants indiqués ci-dessous sont donnés à titre indicatif. Ils permettent à la formation d'être à l'équilibre financier à partir de 6 personnes par semaine de formation.

On peut donner plus, on peut donner moins.

Un acompte est demandé au début de chaque semaine et permet d'acter l'engagement de chacun.

La participation consciente est donnée à l'issue de chaque semaine de formation.

Tarifs pour la formation	
Abonnement à la Bouddha University	120€
Frais de dossier (au moment de l'inscription)	90€
Week-end d'orientation	90€
Semaine assistant, facilitateur 1 et 2, phénoménologie libératrice et examen	Participation consciente avec un acompte de 150€ par semaine
Prérequis, hébergements et retraite individuelle finale à régler en complément.	

Informations concernant la participation consciente
Par semaine, le seuil d'équilibre moyen est à : 640€ par participant à la semaine de formation pour les frais de réservation de salle, les frais d'hôtellerie et de transport des formateurs ainsi que les frais de secrétariat.
La participation consciente en complément est à verser après chaque semaine.

Les 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.

Fait à Lyon, le 2 juin 2021.

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