



## Modalités de Contrôle des Connaissances

### D.U. Approches de la pleine conscience et introduction à la Mindfulness based stress reduction (MBSR)

La validation de la formation nécessite obligatoirement la **présence et la participation active à l'ensemble du programme**. Il est donc important que le participant prenne ses dispositions (notamment avec l'employeur si concerné) pour assister aux différents modules.

**Toute absence**, quelque soit le motif, **doit être justifiée** dans un délai maximum de cinq jours ouvrés. En deçà de 80% d'un temps de présence effective en formation, même pour des absences justifiées, le diplôme ne sera pas délivré.

#### 1<sup>ère</sup> année :

- un examen terminal sous la forme d'une épreuve écrite de 2h regroupant les cours théoriques des UE 1 à 2,
- la production d'une note de synthèse pratique (s'apparentant à un journal de bord) en lien avec le MBSR et ses approfondissements,
- la production d'une note de synthèse théorique sur une problématique en rapport avec la Pleine Conscience.

#### 2<sup>ème</sup> année :

- un examen terminal sous la forme d'une épreuve écrite d'1h regroupant les cours théoriques des UE 5 et 6,
- la production d'une note de synthèse reprenant une description des applications de la Pleine Conscience dans le contexte professionnel.