



GUIDE DES BONNES PRATIQUES POUR L'ORGANISATION ET L'ACCREDITATION D'UNE ACTIVITÉ DE DPC

GBP-02_mai 2021

SUJET

Activités de formation en méditation pleine conscience

Avertissement au lecteur : les organismes agréés par le Collège des médecins du Québec doivent traiter les demandes d'accréditation de formation en conformité avec l'approche méthodique et le Code d'éthique du CQDPCM et ont pleine autonomie dans l'application du présent guide.

Contexte

Le CQDPCM est un organisme de concertation dont la mission est de favoriser les échanges, la concertation et le développement de consensus en vue d'une harmonisation du développement professionnel continu (DPC) des médecins du Québec auprès des organismes intéressés au DPC.

La tenue d'activités de formation en méditation pleine conscience a fait l'objet au cours des dernières années de sorties médiatiques négatives. Bien que l'accréditation de ces activités respecte les règles et l'approche méthodique, des compensations financières sont prévues via les différentes ententes FMOQ-MSSS et FMSQ-MSSS, compensations qui alimentent la perception négative de la population et créent un tort à la réputation de la profession. Les formations sur la pleine conscience ont également la particularité d'intégrer un volet expérientiel qui peut facilement être mal interprété par les médias et le grand public et donne une image « récréative » à une formation pourtant reconnue et accréditée selon les normes établies.

La FMOQ a formulé par écrit en février 2020 une demande au conseil d'administration du CQDPCM de réfléchir à certaines balises en ce qui concerne l'accréditation de ces types d'activités.

Bien que le CQDPCM soit un organisme de concertation, il n'a pas d'autorité pour imposer des règles d'accréditation aux organismes accréditeurs au Québec.

Le guide de bonnes pratiques ci-dessous tente de regrouper les principaux enjeux et critères à considérer lors de l'accréditation par un organisme agréé au Québec d'une activité de formation en méditation pleine conscience. Ce guide a été élaboré en s'appuyant sur les données probantes qui appuient et décrivent l'évolution de la méditation pleine conscience et son intégration au curriculum de médecine, dans la formation des médecins et maintenant dans le développement professionnel continu, autant pour le bien-être des médecins qui promulgueront de meilleurs soins à leurs patients, que pour son utilisation dans l'arsenal thérapeutique du médecin auprès de ses patients

Guide des bonnes pratiques

Lors d'une demande d'accréditation pour une activité dont le thème est la pleine conscience, l'organisme accréditeur devrait tenir compte des bonnes pratiques énumérées ci-dessous.

1. Respect de l'approche méthodique et du Code d'éthique du CQDPCM

- Toute formation doit respecter l'approche méthodique en DPC décrite dans le Code d'éthique du CQDPCM afin d'être accréditée.

2. Lien avec la pratique du médecin

- Il existe suffisamment d'études et de littérature pour démontrer et supporter les bienfaits et la pertinence de tenir des formations de pleine conscience pour l'amélioration de la pratique du médecin.
- La formation peut avoir pour objectif d'améliorer la santé et le bien-être du patient (acquisition de connaissances par le médecin pour mieux traiter son patient).
- La formation peut avoir pour objectif d'améliorer la santé et le bien-être du médecin (acquisition de connaissances par le médecin pour son propre bien-être avec un effet direct ou indirect sur sa pratique).

3. Différents niveaux de formation

De façon générale, on distingue trois niveaux de formation :

- 1° Formation d'introduction ou initiation à la pleine conscience généralement de courte durée, dont les objectifs visent une sensibilisation sur les bases, les données probantes, sur les bienfaits de la pleine conscience ou qui traite un aspect particulier de la pleine conscience ex. : capsule ou webinaire sur l'introduction à la méditation pleine conscience ;
- 2° Activité de formation plus longue qui peut se dérouler sur une ou plusieurs séances ayant pour objectif général d'approfondir les apprentissages appuyés de données probantes au sujet de la pleine conscience afin que les bienfaits sur le bien-être et la santé soient ressentis par les participants (médecins ou professionnels de la santé) ou au niveau des soins des patients. Ces programmes sont donnés par des formateurs certifiés en enseignement de la pleine conscience* ;
- 3° Activité de formation ayant pour but de devenir un formateur certifié en pleine conscience* pour l'enseignement à d'autres médecins ou professionnels de la santé ou à des patients.

4. Lieu de formation

- Le lieu de formation doit être pris en compte et au besoin questionné afin d'éviter une perception négative auprès du grand public, particulièrement en ce qui a trait au volet expérientiel.

5. Qualification du formateur

- Le formateur doit être un expert reconnu ou certifié* afin que l'activité soit admissible à l'obtention de crédits.
- Le comité scientifique a la responsabilité de considérer l'expertise et la certification du formateur.

6. Volet expérientiel

- Certaines activités de formation de pleine conscience incluent un volet expérientiel qui a pour but de permettre une meilleure compréhension des bienfaits de la pleine conscience.
- Ce volet expérientiel devrait être intégré dans la formation.
- Ce volet expérientiel doit être guidé par le formateur.
- Le temps de « pratique personnelle » suggéré au participant, bien que nécessaire, doit se faire sur son temps personnel et ne peut pas être accrédité.
- Les deux types d'activités expérientielles, formel et informel, sont indiqués ou admissibles.

* Par formateur certifié on entend un formateur ayant une certification reconnue par les autorités compétentes en MBCT (Mindfulness-based Cognitive Therapy), en MBSR (Mindfulness-based stress reduction), ou en Mindfulness-Based Teaching and Learning.