



**HAL**  
open science

**ETAT DE L'ART DES TRAVAUX ACADEMIQUES  
SUR LA MEDITATION ET LA PLEINE  
CONSCIENCE EN FRANCE: Publications  
scientifiques, Thèses et mémoires, Essais cliniques**

Anne Héron

► **To cite this version:**

Anne Héron. ETAT DE L'ART DES TRAVAUX ACADEMIQUES SUR LA MEDITATION ET LA PLEINE CONSCIENCE EN FRANCE: Publications scientifiques, Thèses et mémoires, Essais cliniques. 2021. hal-03175921

**HAL Id: hal-03175921**

**<https://hal.science/hal-03175921>**

Preprint submitted on 21 Mar 2021

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Document de travail - Version du 21 mars 2021

**ETAT DE L'ART DES TRAVAUX ACADEMIQUES SUR  
LA MEDITATION ET LA PLEINE CONSCIENCE  
EN FRANCE**

**Publications scientifiques, Thèses et mémoires, Essais cliniques**

Anne Héron

Enseignant-Chercheur de la Faculté de Santé

Contact : [anne.heron@u-paris.fr](mailto:anne.heron@u-paris.fr)



## TABLE DES MATIERES

CONTEXTE.....	3
❖ Qu'est-ce que la méditation de pleine conscience ?.....	3
❖ Ses effets sur le bien-être et la santé : résultats de la recherche internationale .....	4
❖ En France .....	5
MATERIELS ET METHODES .....	6
RESULTATS PRELIMINAIRES EN COURS D'ANALYSE.....	7
❖ Publications des chercheur.e.s français.e.s.....	7
❖ Thèses et mémoires universitaires.....	34
❖ Essais cliniques enregistrés dans Clinical trials.....	45
DISCUSSION DES RESULTATS (A VENIR) .....	49
REMERCIEMENTS .....	49
BIBLIOGRAPHIE DU CONTEXTE.....	49

## CONTEXTE

### ❖ Qu'est-ce que la méditation de pleine conscience ?

La pleine conscience est une notion orientale issue des sagesse indiennes ancestrales, désignant «l'attention juste». Son enseignement a été développé en occident, dans sa version laïque, à la clinique de réduction du stress de la Faculté de Médecine de l'Université du Massachusetts, dans les années 70, par Jon Kabat-Zinn, un Docteur en biologie moléculaire américain. La pleine conscience (*mindfulness* en anglais) a alors été définie comme *la conscience qui se manifeste lorsque l'on porte son attention intentionnellement et dans une attitude non jugeante, à l'expérience vécue au moment présent* (1)(2). La reconnaissance de cet état de conscience attentive et unitive, inné, présent en chacun de nous à chaque instant, est le fondement sur lequel repose le développement de comportements positifs, de résilience psychologique et émotionnelle et d'un sentiment global de bien-être qui peut être cultivé.

La pleine conscience s'entraîne par des pratiques formelles de méditation (assise, allongée ou en mouvement) et des pratiques informelles de présence à l'expérience vécue dans les activités quotidiennes (3).

La méditation de pleine conscience intègre ainsi différentes pratiques, citons notamment :

-l'attention focalisée, pour laquelle l'attention est dirigée et maintenue vers un objet particulier. Le terme «objet» désigne des objets physiques du monde extérieur, des sensations corporelles, telle que la respiration, mais aussi des objets mentaux, y compris des pensées, des émotions ou des formes visuelles imaginées. Les sources de distractions sont repérées et l'attention est ramenée vers l'objet de méditation choisi. Cette pratique permet d'entraîner ses capacités attentionnelles.

-la pratique de la méditation bienveillante explore la dimension bienveillante en soi. L'attention se porte sur les besoins et souffrances que l'on perçoit en soi-même (ou chez les autres), avec le souhait de s'en libérer. Ceci est réalisé en cultivant l'acceptation de soi et des autres avec l'intention (motivation) de favoriser le bien-être. Cette pratique compassionnelle et empreinte d'altruisme diffuse bonté, tendresse et chaleur, en soi et dans sa relation aux autres.

-la méditation de présence ouverte : l'attention ne se porte pas sur un objet particulier. Cette pratique favorise une conscience métacognitive de l'expérience vécue aux plans sensoriel, émotionnel et cognitif, instant après instant, sans effort, dans un esprit d'ouverture et d'acceptation. Cette pratique favorise l'émergence de la joie et d'une certaine plénitude.

Sur ces bases, plusieurs types de programmes de pleine conscience ont été protocolisés et standardisés en tant que programmes neuroscientifiques d'entraînement attentionnel. De nombreux travaux de recherche internationaux ont mis en lumière les bienfaits que peuvent avoir ces pratiques sur le bien-être et la santé.

### ❖ Ses effets sur le bien-être et la santé : résultats de la recherche internationale

Au cours des dernières années, la recherche sur la méditation a gagné une attention croissante. Des données issues de la recherche internationale indiquent que les pratiques basées sur la pleine conscience pourraient constituer des interventions non pharmacologiques de choix dans la prévention et la promotion de la santé au sens large, en soulageant de nombreux symptômes, renvoyant au bien-être physique, psychique et social.

**Dans les domaines des sciences de la vie et de la santé**, des études montrent que les interventions basées sur la pleine conscience peuvent influencer certaines **fonctions biologiques** telles que les fonctions cardiovasculaire (fréquence cardiaque, pression artérielle) immunitaires (inflammation, TNF- $\alpha$ , IL-6, médiation cellulaire), neurotrophiques (BDNF) ou épigénétiques (longueur des télomères, vieillissement biologique) ainsi que les réponses physiologiques au **stress** (4)(5) (6) (7) (8) (9) (10) (11) (12).

Des études réalisées en **neurosciences** montrent aussi des effets de la méditation de pleine conscience sur le cerveau, aussi bien sur l'activité cérébrale qu'à plus long terme, sur la neuroplasticité (13) (14) (15) (16). Au plan neurocognitif, les pratiques méditatives ont des effets significatifs sur le contrôle attentionnel, la régulation des émotions et la conscience de soi (17) (18) (19).

**En clinique**, de nombreuses études ont été réalisées et des méta-analyses suggèrent des effets bénéfiques des interventions basées sur la pleine conscience sur les **composantes psychocomportementales** de pathologies somatiques et psychiatriques : douleur chronique (2) (20) (21), troubles anxieux, rechute dépressive (22) (23) (24) (25) (26), céphalées (27) tabagisme, prise d'alcool, troubles addictifs (28) (29), TDAH, stress post-traumatique, symptômes négatifs de la schizophrénie (30) (31) (32), cancers (33), prise alimentaire et perte de poids (34) (35), asthme (36), qualité du sommeil (37), burn-out (12) (38) (39) (40). Ces approches complémentaires ont l'avantage de constituer un outil dont le patient peut, à terme, bénéficier en toute autonomie.

**En milieu professionnel**, une méta-analyse regroupant 23 études internationales, met en évidence des effets bénéfiques des interventions basées sur la pleine conscience sur la gestion du stress, le sommeil, l'anxiété et le bien-être au travail (41). Les études réalisées auprès des professionnels de santé par exemple, vont dans le même sens (42). Des effets durables, sur plusieurs mois, ont ainsi pu être observés, avec d'avantage d'empathie et d'écoute entre les professionnels, une meilleure régulation des émotions et une augmentation du sentiment de bien-être (40) (43) (44).

Certains de ces résultats demandent encore à être confirmés avec des protocoles standardisés, des échantillons plus importants et une méthodologie de recherche à fort niveau de preuve. Mais les effets de la méditation de pleine conscience en tant que pratique favorisant le bien-être et la qualité de vie ne sont plus à démontrer. Elle pourrait constituer une pratique de prévention précieuse pour la promotion de la santé.

## ❖ En France

En France, la méditation de pleine conscience suscite un engouement croissant. Les premiers programmes sont apparus en 2004 à Paris, dispensés auprès des patients à l'Hôpital Sainte-Anne par le psychiatre Christophe André. Plusieurs programmes de formation à la pratique différents sont maintenant enseignés par des enseignants-instructeurs formés<sup>1</sup> et proposent la méditation de pleine conscience sur l'ensemble du territoire national.

Plusieurs types d'interventions basées sur la pleine conscience sont actuellement dispensés en milieu professionnel, en entreprise et en institution (hôpitaux, écoles, organisations gouvernementales ou juridiques), ainsi qu'en ville, auprès des particuliers (45) (46). La population générale et de nombreux types de populations cliniques sont ainsi concernés.

Avant la crise sanitaire associée à la Covid-19, la stratégie nationale de santé 2018-2022 avait prévu de mettre en place une politique de promotion de la santé ayant pour objectif de «*promouvoir le bien être mental en renforçant les compétences psychosociales*» (47), le Ministère des Solidarités et de la Santé souhaitait «*déployer des interventions validées, basées sur le renforcement des compétences psychosociales et sur la pleine conscience*», dans tous les milieux de vie (48). Un colloque intitulé «*Interventions basées sur la Pleine conscience, sciences, santé et société : lever les doutes, ouvrir les perspectives* » a eu lieu au Ministère le 20 juin 2019, afin de faire le point sur les connaissances dans ce domaine (49). Judson Brewer, Directeur de la recherche et de l'innovation au Center of Mindfulness de l'Université de Brown (USA) est venu présenter ses travaux sur le sujet et des médecins, chercheurs français de renom ou agissant dans le domaine de la pleine conscience, ont échangé au cours de plusieurs tables rondes.

C'est dans ce contexte que, dans le présent travail, nous avons souhaité faire une photographie instantanée de l'état de l'art de la recherche française sur la méditation de pleine conscience. Dans ce but, nous avons recensé les publications, les thèses et mémoires ainsi que les essais cliniques portant sur le sujet.

Nous présentons ici les premiers résultats qui sont encore en cours d'analyse mais que nous tenions à rendre d'ores et déjà accessibles en *open access sur HAL* pour qu'ils puissent être consultés librement par tous. Une mise à jour sera proposée régulièrement.

Parmi les travaux académiques français, on recense actuellement 292 publications scientifiques, 128 thèses et mémoires universitaires et 26 essais cliniques sur la pleine conscience.

---

<sup>1</sup> Notamment par l'Association pour le Développement de la Mindfulness (ADM) : <https://www.association-mindfulness.org/>

## MATERIELS ET METHODES

Le recensement a été réalisé au mois de janvier 2021.

Mots clefs utilisés : [Méditation ou Pleine conscience (mindfulness)] et [France]  
Le diagramme PRISMA et les requêtes précises seront publiés ultérieurement.

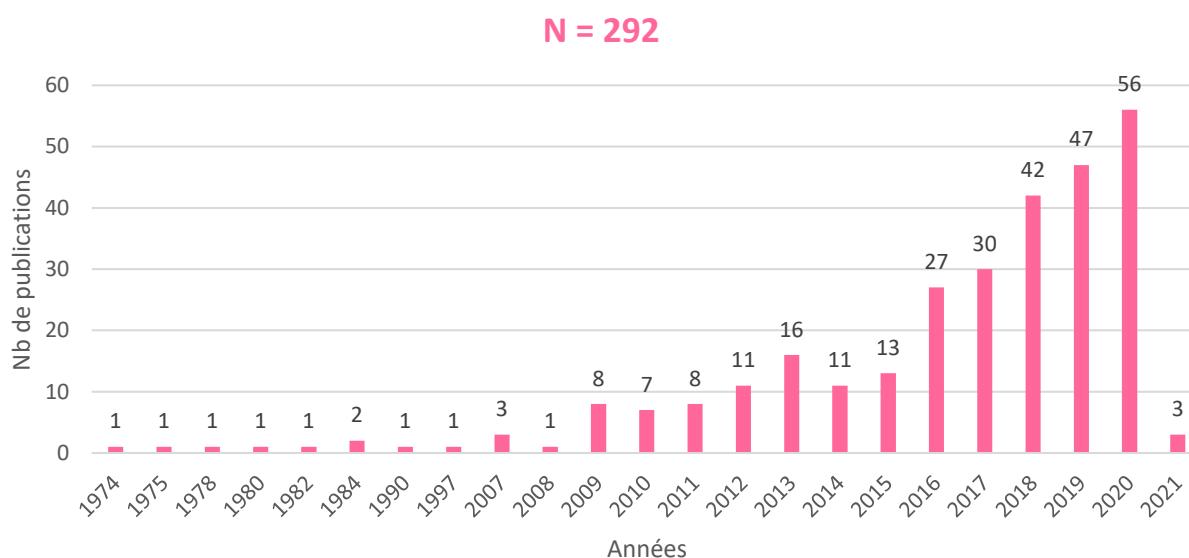
Concernant la recherche bibliographique, les bases de données ont été consultées via le site de la Bibliothèque Inter-Universitaire de Santé de l'Université de Paris :

- EMBASE-HAL-LISSA-PubMed-PsycInfo-Web of Science pour les publications scientifiques dont au moins un des auteurs était affilié à un établissement français.
- Thèses.fr et SUDOC pour les thèses
- DUMAS – CCD CNRS – HAL pour les mémoires universitaires de niveau Bac+4 ou 5

La liste des essais cliniques sur la pleine conscience et la méditation réalisés par des équipes françaises a été obtenue à partir de ceux enregistrés sur le site CLINICAL TRIALS (recensement du 12 janvier 2021)

## RESULTATS PRELIMINAIRES EN COURS D'ANALYSE

### ❖ Publications des chercheur.e.s français.e.s



Abdel Halim, L., Ameline, A., & Roussiau, N. (2020). Adaptation et validation francophone d'une échelle de la spiritualité au travail. *Psychologie du travail et des organisations*, 26(2), 129–145. <https://doi.org/10.1016/j.pto.2019.11.001>

Abdoun, O., Zorn, J., Poletti, S., Fucci, E., & Lutz, A. (2019). Training novice practitioners to reliably report their meditation experience using shared phenomenological dimensions. *Consciousness and Cognition*, 68, 57–72. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2019.01.004>

Aliche, C. J., Ifeagwazi, C. M., Yankouskaya, A., Comoretto, A., Wezyk, A., Ventouris, A., & Panourgia, C. (2020). Post-traumatic stress disorder and depressive symptoms following a Herdsmen attack: The role of life meaning in mediating trait mindfulness. *Stress and Health*. <https://doi.org/10.1002/smi.3012>

Allen, M., Dietz, M., Blair, K. S., van Beek, M., Rees, G., Vestergaard-Poulsen, P., Lutz, A., & Roepstorff, A. (2012). Cognitive-Affective Neural Plasticity following Active-Controlled Mindfulness Intervention. *Journal of Neuroscience*, 32(44), 15601–15610. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2957-12.2012>

Andreotti, E., Antoine, P., Hanafi, M., Michaud, L., & Gottrand, F. (2017). Pilot Mindfulness Intervention for Children Born with Esophageal Atresia and Their Parents. *Journal of Child and Family Studies*, 26(5), 1432–1444. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0657-0>

Andreotti, E., Congard, A., Le Vigouroux, S., Dauvier, B., Illy, J., Poinot, R., & Antoine, P. (2018). Rumination and Mindlessness Processes: Trajectories of Change in a 42-Day Mindfulness-



Based Intervention. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 32(2), 127–139. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.32.2.127>

Andrieu, B. (2016). En pleine conscience? Au-delà de l'inconscient par les neurosciences méditatives et les sciences contemplatives. *L' Evolution psychiatrique*, 81(4), 803–816. <https://doi.org/10.1016/j.evopsy.2016.05.002>

Andrieu, B., & da Nobrega, P. (2020). From Slowness to Deepening: The Way of Emersive Awareness. *Sport Ethics and Philosophy*. <https://doi.org/10.1080/17511321.2020.1819863>

Antoine, P., Congard, A., Andreotti, E., Dauvier, B., Illy, J., & Poinso, R. (2018). A Mindfulness-Based Intervention: Differential Effects on Affective and Processual Evolution. *Applied Psychology. Health and Well-Being*, 10(3), 368–390. <https://doi.org/10.1111/aphw.12137>

Antoine, P., Dauvier, B., Andreotti, E., & Congard, A. (2018). Individual differences in the effects of a positive psychology intervention: Applied psychology. *Personality and Individual Differences*, 122, 140–147. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.10.024>

Apelian, N., Vergnes, J. N., Hovey, R., & Bedos, C. (2017). How can we provide person-centred dental care? *British Dental Journal*, 223(6), 433–438. <https://doi.org/10.1038/sj.bdj.2017.806>

Baeza-Velasco, C., Genty, C., Jaussent, I., Benramdane, M., Courtet, P., & Olié, E. (2020). Study protocol of a multicenter randomized controlled trial of mindfulness-based intervention versus relaxation to reduce emotional exhaustion in medical students in France: The “Must prevent” study. *BMC Psychiatry*, 20(1), 115. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02529-9>

Banquet, J. P., & Sailhan, M. (1975). Quantification EEG d'états de vigilance spontanés et induits. *Revue d'E.E.G. et de Neuro-Physiologie Clinique*, 5(3), 237–243. Embase. [https://doi.org/10.1016/S0370-4475\(75\)80068-2](https://doi.org/10.1016/S0370-4475(75)80068-2)

Banquet, J. P., & Saillan, M. (1974). Analyse E.E.G. d'états de conscience induits et spontanés. *Revue d'E.E.G. et de Neuro-Physiologie Clinique*, 4(3), 445–453. Embase. [https://doi.org/10.1016/S0370-4475\(74\)80056-0](https://doi.org/10.1016/S0370-4475(74)80056-0)

Baquedano, C., Lopez, V., Cosmelli, D., & Lutz, A. (2020). Electrophysiological evidence of the differential modulation of approach-related processes toward attractive foods by immersive or mindful viewing conditions. *The European Journal of Neuroscience*, 51(9), 1971–1986. <https://doi.org/10.1111/ejn.14632>

Baquedano, C., Vergara, R., Lopez, V., Fabar, C., Cosmelli, D., & Lutz, A. (2017). Compared to self-immersion, mindful attention reduces salivation and automatic food bias. *Scientific Reports*, 7(1), 13839. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-13662-z>

Barte, H. N., & Bastien, B. (1980). Regard froid sur la méditation transcendantale. *Annales médico-psychologiques*, 138(7), 839–848. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7006479>

Barte, H.-N. (1982). La méditation: Psychothérapie? = Meditation: A psychotherapy? *Perspectives Psychiatriques*, 20(86), 165–172. psych. <https://ezproxy.u-paris.fr/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psych&AN=1984-26652-001&lang=fr&site=ehost-live>

Batchelor, M. (2019). Mindfulness theory: Feeling tones (vedanās) as a useful framework for research. *Current Opinion in Psychology*, 28, 20–22. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.10.002>

Bauer, P. R., Poletti, S., Lutz, A., & Sabourdy, C. (2019). Coping with Seizures Through Mindfulness Meditation: A Qualitative Study of a Mindfulness-Based Intervention in Epilepsy. *Mindfulness*, 10(10), 2010–2025. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01168-w>

Beneton, F., Michoud, G., Coulange, M., Laine, N., Ramdani, C., Borgnetta, M., Breton, P., Guieu, R., Rostain, J. C., & Trousselard, M. (2017). Recreational Diving Practice for Stress Management: An Exploratory Trial. *Frontiers in Psychology*, 8, 2193. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02193>

Benveniste, D. (2020). La place de la pleine conscience dans la pratique diététique. *Pratiques en nutrition*, 16(62), 24–27. <https://doi.org/10.1016/j.pranut.2020.03.011>

Berghmans, C. (2010). Effets de l'approche thérapeutique mindfulness based stress reduction (MBSR) sur la gestion du stress professionnel: Une étude de cas. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 20(2), 38–44. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1155170410000649>. <https://doi.org/10.1016/j.itcc.2010.06.003>

Berghmans, C., Godard, R., Joly, J., Tarquinio, C., & Cuny, P. (2012). Effets de l'approche de réduction du stress Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) sur la santé psychique (stress, anxiété, dépression) et le mode de coping chez des patients diabétiques: Une étude pilote contrôlée et randomisée. *Annales Medico-Psychologiques*, 170(5), 312–317. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2010.08.010>

Berghmans, C., Strub, L., & Tarquinio, C. (2008). Méditation de pleine conscience et psychothérapie: État des lieux théorique, mesure et pistes de recherche. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 18(2), 62–71. <https://doi.org/10.1016/j.itcc.2008.04.006>

Berghmans, C., Tarquinio, C., & Kretsch, M. (2010). Impact de l'approche thérapeutique de pleine conscience mindfulness-based stress reduction (MBSR) sur la santé psychique (stress, anxiété, dépression) chez des étudiants: Une étude pilote contrôlée et randomisée. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 20(1), 11–15. <https://doi.org/10.1016/j.itcc.2010.03.001>

Berghmans, C., Tarquinio, C., Kretsch, M., & Strub, L. (2009). La méditation comme outil psychothérapeutique complémentaire: Une revue de question. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 19(4), 120–135. <https://doi.org/10.1016/j.itcc.2009.09.001>

Berghmans, Claude, Tarquinio, C., & Strub, L. (2010). Méditation de pleine conscience et psychothérapie dans la prise en charge de la santé et de la maladie. *Santé mentale au Québec*, 35(1), 49–83. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21076789>

Bernier, M., Thienot, E., Codron, R., & Fournier, J. F. (2009). Mindfulness and Acceptance Approaches in Sport Performance. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 3(4), 320–333. <https://doi.org/10.1123/jcsp.3.4.320>

- Bernier, M., Thienot, E., Pelosse, E., & Fournier, J. F. (2014). Effects and Underlying Processes of a Mindfulness-Based Intervention With Young Elite Figure Skaters: Two Case Studies. *Sport Psychologist*, 28(3), 302–315. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0006>
- Bernier, M., Trottier, C., Thienot, E., & Fournier, J. (2016). An Investigation of Attentional Foci and their Temporal Patterns: A Naturalistic Study in Expert Figure Skaters. *Sport Psychologist*, 30(3), 256–266. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0076>
- Bertrand, D. (1997). Mental health and cultural issues: The return of Khmers from France to Cambodia. *Cahiers Sante*, 7(5), 330–334. Embase. [https://www.jle.com/en/revues/san/e-docs/sante\\_mentale\\_et\\_problematique\\_culturelle\\_le\\_voyage\\_de\\_guerison\\_de\\_khmers\\_de\\_france\\_au\\_cambodge\\_25305/article.phtml?cle\\_doc=000062D9](https://www.jle.com/en/revues/san/e-docs/sante_mentale_et_problematique_culturelle_le_voyage_de_guerison_de_khmers_de_france_au_cambodge_25305/article.phtml?cle_doc=000062D9)
- Biseul, I., Ickick, R., Seguin, P., Bellivier, F., & Scott, J. (2017). Feasibility and Acceptability of the “HABIT” Group Programme for Comorbid Bipolar and Alcohol and Substance use Disorders. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(4), 887–898. <https://doi.org/10.1002/cpp.2053>
- Bitbol, M. (2019). Consciousness, being and life: Phenomenological approaches to mindfulness. *Journal of Phenomenological Psychology*, 50(2), 127–161. psych. <https://doi.org/10.1163/15691624-12341360>
- Blot, N. (2016). La méditation de pleine conscience, une source de mieux-être professionnel. *Revue De L’infirmiere*, 224, 35–36. <https://doi.org/10.1016/j.revinf.2016.08.008>
- Bodart, O., Fecchio, M., Massimini, M., Wannez, S., Virgillito, A., Casarotto, S., Rosanova, M., Lutz, A., Ricard, M., Laureys, S., & Gosseries, O. (2018). Meditation-induced modulation of brain response to transcranial magnetic stimulation. *Brain Stimulation*, 11(6), 1397–1400. <https://doi.org/10.1016/j.brs.2018.08.018>
- Boinon, D., Journiac, J., Charles, C., Fasse, L., Savard, J., & Dauchy, S. (2018). La prise en charge non médicamenteuse de l’insomnie chez les patients atteints de cancer: État des connaissances selon l’approche cognitivo-comportementale et émotionnelle. *Psycho-Oncologie*, 12(2), 138–146. <https://doi.org/10.3166/pson-2018-0037>
- Bonvalot, T., Mazouni, R., Rivallan, A., & Lassignardie, H. (2010). Patients bipolaires, prise en charge et approches psychothérapeutiques structurées. *Soins. Psychiatrie*, 271, 25–28. Medline. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21155326/>
- Borderie, J. (2015). De la performance individuelle à la performance collective. *Oxymag*, 28(143), 13–16. <https://doi.org/10.1016/j.oxy.2015.06.003>
- Bothe, B., Baumgartner, C., Schaub, M. P., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2020). Hands-off: Study protocol of a two-armed randomized controlled trial of a web-based self-help tool to reduce problematic pornography use. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 433–445. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00037>
- Botti, G., Daures, R., Chicha, C., Blanc, C., Marie, D., & Dudoit, E. (2009). Prévention du stress, une expérience en formation infirmière. *Soins; la revue de référence infirmière*, 736, 24–27.

<https://www-em-premium-com.ezproxy.u-paris.fr/showarticlefile/221722/index.pdf>.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19670676>

Boudebese, C., & Henry, C. (2012). Emotional hyper-reactivity and sleep disturbances in remitted patients with bipolar disorders. *Encephale*, 38(SUPPL. 4), S173–S178. Embase. [https://doi.org/10.1016/S0013-7006\(12\)70096-9](https://doi.org/10.1016/S0013-7006(12)70096-9)

Bouvet, C., Grignon, C., Zachariou, Z., & Lascar, P. (2013). Liens entre le développement de la pleine conscience et l'amélioration de la dépression et de l'anxiété. *Annales médico-psychologiques*, 173(1), 54–59. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2013.09.016>

Braboszcz, C., Cahn, B. R., Balakrishnan, B., Maturi, R. K., Grandchamp, R., & Delorme, A. (2013). Plasticity of visual attention in Isha yoga meditation practitioners before and after a 3-month retreat. *Frontiers in Psychology*, 4, 914. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00914>

Braboszcz, C., Cahn, B. R., Levy, J., Fernandez, M., & Delorme, A. (2017). Increased Gamma Brainwave Amplitude Compared to Control in Three Different Meditation Traditions. *PLoS One*, 12(1), e0170647. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0170647>

Brandmeyer, T., & Delorme, A. (2013). Meditation and neurofeedback. *Frontiers in Psychology*, 4, 688. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00688>

Brandmeyer, T., & Delorme, A. (2018). Reduced mind wandering in experienced meditators and associated EEG correlates. *Experimental Brain Research*, 236(9), 2519–2528. <https://doi.org/10.1007/s00221-016-4811-5>

Brandmeyer, T., & Delorme, A. (2020). Closed-Loop Frontal Midline  $\theta$  Neurofeedback: A Novel Approach for Training Focused-Attention Meditation. *Frontiers in Human Neuroscience*, 14, 246. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2020.00246>

Brandmeyer, T., & Delorme, A. (2021). Meditation and the Wandering Mind: A Theoretical Framework of Underlying Neurocognitive Mechanisms. *Perspectives on Psychological Science*, 16(1), 39–66. <https://doi.org/10.1177/1745691620917340>

Brandmeyer, T., Delorme, A., & Wahbeh, H. (2019). The neuroscience of meditation: Classification, phenomenology, correlates, and mechanisms. *Progress in Brain Research*, 244, 1–29. <https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2018.10.020>

Brazier, D. (2016). A certain kind of mindful man. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 15(3), 213–220. <https://doi.org/10.1080/14779757.2016.1180635>

Breton, S. (2020). Un groupe de méditation pleine conscience auprès d'adolescents. *Revue de l'infirmière*, 69(264), 16–18. <https://doi.org/10.1016/j.revinf.2020.08.002>

Bronchain, J., & Chabrol, H. (2020). Exploring the Relationship Between Schizotypal Traits and Dispositional Mindfulness From a Network Perspective. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 208(8), 608–612. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000001169>

Bronchain, J., Monié, B., Becquie, S., Chabrol, H., & Raynal, P. (2019). To Better Understand the Link between Psychopathy and Antisocial Behavior: Moderation by

Dispositional Mindfulness. *Psychopathology*, 52(3), 191–197.  
<https://doi.org/10.1159/000499663>

Bronchain, J., Raynal, P., & Chabrol, H. (2020). Dispositional Mindfulness Profiles and Cannabis Use in Young Adults. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*.  
<https://doi.org/10.1007/s10942-020-00382-z>

Buessing, A., Walach, H., Kohls, N., Zimmermann, F., & Trousselard, M. (2013). Conscious Presence and Self Control as a measure of situational awareness in soldiers—A validation study. *International Journal of Mental Health Systems*, 7, 1. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-7-1>

Bulzacka, E., Lavault, S., Pelissolo, A., & Bagnis Isnard, C. (2018). [Mindful neuropsychology: Mindfulness-based cognitive remediation]. *L'Encephale*, 44(1), 75–82.  
<https://doi.org/10.1016/j.encep.2017.03.006>

Burgat, P.-M. (2020). Pour une nouvelle écologie managériale dans les institutions soignantes. *Soins Cadres*, 29(119), 14–19. <https://doi.org/10.1016/j.scad.2020.06.003>

Cahn, B. R., Delorme, A., & Polich, J. (2010). Occipital gamma activation during Vipassana meditation. *Cognitive Processing*, 11(1), 39–56. <https://doi.org/10.1007/s10339-009-0352-1>

Cahn, B. R., Delorme, A., & Polich, J. (2013). Event-related delta, theta, alpha and gamma correlates to auditory oddball processing during Vipassana meditation. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 8(1), 100–111. <https://doi.org/10.1093/scan/nss060>

Callari, T. C., McDonald, N., Kirwan, B., & Cartmale, K. (2019). Investigating and operationalising the mindful organising construct in an Air Traffic Control organisation. *Safety Science*, 120, 838–849. <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2019.08.027>

Camilleri, G. M., Méjean, C., Bellisle, F., Hercberg, S., & Péneau, S. (2015). Association between Mindfulness and Weight Status in a General Population from the NutriNet-Santé Study. *PLoS One*, 10(6), e0127447. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0127447>

Carpentier, D., Romo, L., Bouthillon-Heitzmann, P., & Limosin, F. (2015). Résultats préliminaires d'un groupe de pleine conscience (Mindfulness) chez des patients alcoolo-dépendants. *L'Encéphale*, 41(6), 521–526. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2015.05.003>

Chaix, R., Fagny, M., Cosin-Tomás, M., Alvarez-López, M., Lemee, L., Regnault, B., Davidson, R. J., Lutz, A., & Kaliman, P. (2020). Differential DNA methylation in experienced meditators after an intensive day of mindfulness-based practice: Implications for immune-related pathways. *Brain, Behavior, and Immunity*, 84, 36–44. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2019.11.003>

Chaix, Raphaëlle, Alvarez-López, M. J., Fagny, M., Lemee, L., Regnault, B., Davidson, R. J., Lutz, A., & Kaliman, P. (2017). Epigenetic clock analysis in long-term meditators. *Psychoneuroendocrinology*, 85, 210–214. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2017.08.016>

Chakroun-Baggioni, N., Corman, M., Spada, M. M., Caselli, G., & Gierski, F. (2017). Desire thinking as a confounder in the relationship between mindfulness and craving: Evidence from



a cross-cultural validation of the Desire Thinking Questionnaire. *Psychiatry Research*, 256, 188–193. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.051>

Chapoutot, M., Peter-Derex, L., Schoendorff, B., Faivre, T., Bastuji, H., & Putois, B. (2020). Telehealth-delivered CBT-I programme enhanced by acceptance and commitment therapy for insomnia and hypnotic dependence: A pilot randomized controlled trial. *Journal of Sleep Research*, e13199. <https://doi.org/10.1111/jsr.13199>

Charles, C., Boinon, D., Renvoisé, N., Pallubicki, G., Borch-Jacobsen, C., Laplanche, O., Ginsbourger, T., & Dauchy, S. (2019). Retour d'expérience sur un programme de soins complémentaires associant activité physique adaptée, méditation basée sur la pleine conscience et soins en socio-esthétique. *Bulletin du cancer*, 106(4), 304–315. <https://doi.org/10.1016/j.bulcan.2019.01.013>

Chassagne, J., Bronchain, J., Raynal, P., & Chabrol, H. (2020). L'effet modérateur de la pleine conscience dispositionnelle dans la relation entre symptomatologie dépressive, troubles de la personnalité limite et idéations suicidaires chez le jeune adulte. *L'Encéphale*. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.11.002>

Chételat, G., Lutz, A., Arenaza-Urquijo, E., Collette, F., Klimecki, O., & Marchant, N. (2018). Why could meditation practice help promote mental health and well-being in aging? *Alzheimer's Research & Therapy*, 10(1), 57. <https://doi.org/10.1186/s13195-018-0388-5>

Chételat, G., Mézenge, F., Tomadesso, C., Landeau, B., Arenaza-Urquijo, E., Rauchs, G., André, C., de Flores, R., Egret, S., Gonneaud, J., Poinsel, G., Chocat, A., Quillard, A., Desgranges, B., Bloch, J.-G., Ricard, M., & Lutz, A. (2017). Reduced age-associated brain changes in expert meditators: A multimodal neuroimaging pilot study. *Scientific Reports*, 7(1), 10160. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-07764-x>

Christie, G. J., Hamilton, T., Manor, B. D., Farb, N. A. S., Farzan, F., Sixsmith, A., Temprado, J.-J., & Moreno, S. (2017). Do Lifestyle Activities Protect Against Cognitive Decline in Aging? A Review. In *Frontiers in Aging Neuroscience* (Vol. 9, Issue 381). Frontiers. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01691173>

Clark, D., Schumann, F., & Mostofsky, S. H. (2015). Mindful movement and skilled attention. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9, 297. <https://doi.org/10.3389/fhurn.2015.00297>

Collard, D. (2015). Méditer pour développer son leadership? Une analyse critique des programmes de formation basés sur la pratique de la méditation. *Éducation Permanente*, 3(204), 193–202. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01329171>

Congard, A., Le Vigouroux, S., Andreotti, E., Dauvier, B., Illy, J., Poinot, R., & Antoine, P. (2019). Time evolution of affective processes in a mindfulness-based intervention. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00548-8>

Corman, M., Dambrun, M., Bay, J.-O., & Peffault de La Tour, R. (2019). Adaptation française et analyse des qualités psychométriques du questionnaire d'évitement et de fusion (AFQ) dans une population adulte. *Annales médico-psychologiques*, 177(4), 358–363. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2018.01.012>

- Criquillion, S., & Vindreau, C. (2016). Nouvelles approches de la prise en charge de l'anorexie mentale. Traiter ce trouble comme s'il était une forme d'addiction. *La Revue du praticien*, 66(2), 148–152. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30512328>
- Csillik, A., & Bigeard, É. (2015). L'intelligence psychologique et son utilité clinique. *Annales Medico-Psychologiques*, 173(1), 72–76. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2013.05.030>
- Csillik, Antonia, & Tafticht, N. (2012). Les effets de la mindfulness et des interventions psychologiques basées sur la pleine conscience. *Pratiques psychologiques*, 18(2), 147–159. <https://doi.org/10.1016/j.prps.2012.02.006>
- Cuvellier, J.-C. (2020). Traitement des céphalées chroniques chez l'enfant et l'adolescent. *Douleurs*, 21(3), 96–108. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.douler.2020.04.005>
- Da Nobrega, P., Schirrer, M., Legendre, A., & Andrieu, B. (2017). Sentir le vivant de son corps: Trois degrés d'éveil de la conscience. *Staps-Sciences Et Techniques Des Activites Physiques Et Sportives*, 38(117), 39–57. <https://doi.org/10.3917/sta.117.0039>
- Da Rocha, S.M. (2016). La pleine conscience, un soin et une philosophie de vie. *Revue de l'infirmière*, 65(220), 25–28. <https://doi.org/10.1016/j.revinf.2016.01.009>
- Da Rocha, Stéphanie Manuel. (2014). Enrichissement infirmier avec les thérapies cognitives et comportementales. *Revue de l'infirmière*, 198(198), 30–31. <https://doi.org/10.1016/j.revinf.2013.11.012>
- D'Abbadie de Nodrest, L., Sudres, J.-L., Schmitt, L., & Yrondi, A. (2018). Jouer son blues quand la dépression résiste...: Évaluation de l'efficacité d'un programme de musicothérapie pour des personnes présentant un trouble dépressif et/ou bipolaire résistants. *Annales Medico-Psychologiques*, 176(3), 266–272. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2016.10.013>
- D'Abbadie de Nodrest, L., Sudres, J.-L., Schmitt, L., Yrondi, A., & Da Cruz, D. (2020). La dépression en refrain... Entre évaluations de dispositifs musicothérapeutiques et vécus émotionnels: Une proposition intégrative. *Annales médico-psychologiques*, 178(8), 795–805. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2019.10.009>
- Dahl, C. J., Lutz, A., & Davidson, R. J. (2016). Cognitive Processes Are Central in Compassion Meditation. *Trends in Cognitive Sciences*, 20(3), 161–162. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2015.12.005>
- Dambrun, Michael. (2017). Self-centeredness and selflessness: Happiness correlates and mediating psychological processes. *Peerj*, 5, e3306. <https://doi.org/10.7717/peerj.3306>
- Dambrun, Michaël, Berniard, A., Didelot, T., Chaulet, M., Droit-Volet, S., Corman, M., Juneau, C., & Martinon, L. M. (2019). Unified Consciousness and the Effect of Body Scan Meditation on Happiness: Alteration of Inner-Body Experience and Feeling of Harmony as Central Processes. *Mindfulness*, 10(8), 1530–1544. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01104-y>
- Dantin, L. (2007). Méditation pleine conscience et traitement cognitif des obsessions. *Journal de Therapie Comportementale et Cognitive*, 17(3), 115–119. [https://doi.org/10.1016/S1155-1704\(07\)73240-8](https://doi.org/10.1016/S1155-1704(07)73240-8)

Decker, E., Philippot, P., Bourgey-Trouillet, M., Blain, H., & Trouillet, R. (2015). Les interventions basées sur la pleine conscience pour le sujet âgé douloureux chronique: Revue de la littérature. *Gériatrie et psychologie neuropsychiatrie du vieillissement*, 13(2), 147–156. <https://doi.org/10.1684/pnv.2015.0537>

Delevoye-Turrell, Y. N., & Bobineau, C. (2012). Motor Consciousness during Intention-Based and Stimulus-Based Actions: Modulating Attention Resources through Mindfulness Meditation. *Frontiers in Psychology*, 3, 290. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00290>

Delorme, A., Grandchamp, R., Curot, J., Barragan-Jason, G., Denuelle, M., Sol, J. C., & Valton, L. (2020). Effect of meditation on intracerebral EEG in a patient with temporal lobe epilepsy: A case report. *Explore (New York, N.Y.)*. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2020.11.005>

Delorme, Arnaud, & Brandmeyer, T. (2019). When the meditating mind wanders. *Current Opinion in Psychology*, 28, 133–137. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.12.006>

Dentico, D., Bachhuber, D., Riedner, B. A., Ferrarelli, F., Tononi, G., Davidson, R. J., & Lutz, A. (2018). Acute effects of meditation training on the waking and sleeping brain: Is it all about homeostasis? *The European Journal of Neuroscience*, 48(6), 2310–2321. <https://doi.org/10.1111/ejn.14131>

Dentico, D., Ferrarelli, F., Riedner, B. A., Smith, R., Zennig, C., Lutz, A., Tononi, G., & Davidson, R. J. (2016). Short Meditation Trainings Enhance Non-REM Sleep Low-Frequency Oscillations. *PLoS One*, 11(2), e0148961. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0148961>

Depraz, N. (2009). The “Failing” of Meaning A few steps into a “first-person” phenomenological practice. *Journal of Consciousness Studies*, 16(10–12), 90–116. <https://www.ingentaconnect.com/contentone/imp/jcs/2009/00000016/f0030010/art00004>

Depraz, N. (2019). Epoche in Light of Samatha-Vipassana Meditation Chogyam Trungpa’s Buddhist Teaching Facing Husserl’s Phenomenology. *Journal of Consciousness Studies*, 26(7–8), 49–69. <https://www.ingentaconnect.com/content/imp/jcs/2019/00000026/f0020007/art00004>

Dionne, F., Blais, M. C., & Monestès, J. L. (2013). Mieux vivre avec la douleur chronique grâce à la thérapie d’acceptation et d’engagement. *Santé mentale au Québec*, 38(2), 131–152. Medline. <https://doi.org/10.7202/1023993ar>

Dobkin, P. L., Bernardi, N. F., & Bagnis, C. I. (2016). Enhancing Clinicians’ Well-Being and Patient-Centered Care Through Mindfulness. *The Journal of Continuing Education in the Health Professions*, 36(1), 11–16. <https://doi.org/10.1097/CEH.0000000000000021>

Docteur, A., Mirabel-Sarron, C., Sala, L., Siobud-Dorocant, E., Rouillon, F., & Gorwood, P. (2017). Comment évaluer l’apport de la mindfulness (MBCT) dans la prévention des rechutes thymiques ? *Annales Medico-Psychologiques*, 175(9), 789–792. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2017.09.003>

Docteur, Aurelie, Mirabel-Sarron, C., Lefevre, H. K., Sala, L., Husky, M., Swendsen, J., & Gorwood, P. (2020). Role of autobiographical memory in the impact of MBCT on



dysfunctional attitudes, depressive symptoms and anxiety in bipolar I patients. *Journal of Affective Disorders*, 276, 907–913. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.072>

Doron, J., Rouault, Q., Jubeau, M., & Bernier, M. (2020). Integrated mindfulness-based intervention: Effects on mindfulness skills, cognitive interference and performance satisfaction of young elite badminton players. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101638. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101638>

Droit-Volet, S., Fanget, M., & Dambrun, M. (2015). Mindfulness meditation and relaxation training increases time sensitivity. *Consciousness and Cognition*, 31, 86–97. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2014.10.007>

Droit-Volet, Sylvie, Chaulet, M., & Dambrun, M. (2018). Time and Meditation: When Does the Perception of Time Change with Mindfulness Exercise? *Mindfulness*, 9(5), 1557–1570. <https://doi.org/10.1007/s12671-018-0903-6>

Droit-Volet, Sylvie, Chaulet, M., Dutheil, F., & Dambrun, M. (2019). Mindfulness meditation, time judgment and time experience: Importance of the time scale considered (seconds or minutes). *PloS One*, 14(10), e0223567. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0223567>

Droit-Volet, Sylvie, & Dambrun, M. (2019). Awareness of the passage of time and self-consciousness: What do meditators report? *PsyCh Journal*, 8(1), 51–65. <https://doi.org/10.1002/pchj.270>

Droit-Volet, Sylvie, & Heros, J. (2017). Time Judgments as a Function of Mindfulness Meditation, Anxiety, and Mindfulness Awareness. *Mindfulness*, 8(2), 266–275. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0597-6>

Ducasse, D., Jaussent, I., Arpon-Brand, V., Vienot, M., Laglaoui, C., Beziat, S., Calati, R., Carrière, I., Guillaume, S., Courtet, P., & Olié, E. (2018). Acceptance and Commitment Therapy for the Management of Suicidal Patients: A Randomized Controlled Trial. In *Psychotherapy and Psychosomatics* (Vol. 87, Issue 4, pp. 211–222). Karger. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02318883>

Dulong, F. (2015). Dépression et thérapie cognitive basée sur la pleine conscience. *Revue de l'infirmière*, 64(215), 20–22. <https://doi.org/10.1016/j.revinf.2015.09.005>

Eid, S.-L., & Jacquis, C. (2017). La dégustation, un outil pour les diététiciens. *Pratiques en nutrition*, 13(49), 30–34. <https://doi.org/10.1016/j.pranut.2016.12.008>

Fall, E., & Shankland, R. (2020). The Mediating Role of Dispositional Mindfulness in the Relationship Between Parental and Romantic Attachment. *Journal of Adult Development*. <https://doi.org/10.1007/s10804-020-09362-0>

Faucon-Martin, H., & Hollande, F. (2018). La méditation de pleine conscience. *Soins. Psychiatrie*, 39(318), 45–47. Medline. <https://doi.org/10.1016/j.spsy.2018.06.011>

Ferrarelli, F., Smith, R., Dentico, D., Riedner, B. A., Zennig, C., Benca, R. M., Lutz, A., Davidson, R. J., & Tononi, G. (2013). Experienced Mindfulness Meditators Exhibit Higher Parietal-

Occipital EEG Gamma Activity during NREM Sleep. *Plos One*, 8(8), e73417. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0073417>

Filleau, C., David, R., & Robert, P. (2020). La méditation de pleine conscience pour les aidants familiaux. *BDB\_JO\_1268-6034*, 25(145), 40–45. <https://doi.org/10.1016/j.sger.2020.07.010>

Fletcher, L. B., Schoendorff, B., & Hayes, S. C. (2010). Searching for mindfulness in the brain: A process-oriented approach to examining the neural correlates of mindfulness. *Mindfulness*, 1(1), 41–63. <https://doi.org/10.1007/s12671-010-0006-5>

Frajerman, A. (2020). Quelles interventions pour améliorer le bien-être des étudiants en médecine? Une revue de la littérature. *L'Encéphale*, 46(1), 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.09.004>

Fucci, E., Abdoun, O., Caclin, A., Francis, A., Dunne, J. D., Ricard, M., Davidson, R. J., & Lutz, A. (2018). Differential effects of non-dual and focused attention meditations on the formation of automatic perceptual habits in expert practitioners. *Neuropsychologia*, 119, 92–100. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2018.07.025>

Gallois, P. (1984). Modifications neurophysiologiques et respiratoires lors de la pratique des techniques de relaxation. *L'Encéphale*, 10(3), 139–144. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6389092>

Gallois, P., Forzy, G., & Dhont, J. L. (1984). Hormonal changes induced by relaxation. *Encephale*, 10(2), 79–82. Embase. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6381032/>

Garny De La Rivière, S., Houinou Ebo, B., Naepels, B., Segard, V., Gueant, A., Rey, N., Legrand, E., Labelle, R., & Guile, J.-M. (2017). Adaptation de la thérapie comportementale dialectique aux adolescents francophones, une expérience pilote auprès d'adolescentes avec dépression et trouble de personnalité limite. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 65(1), 5–13. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2016.12.005>

Gasnier, M., Pelissolo, A., Bondolfi, G., Pelissolo, S., Tomba, M., Mallet, L., & N'diaye, K. (2017). Les interventions basées sur la pleine conscience dans le trouble obsessionnel compulsif: Mécanismes d'action et présentation d'une étude pilote. *L'Encéphale*, 43(6), 594–599. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2016.10.004>

Gauchet, A., Shankland, R., Dantzer, C., Pelissier, S., & Aguerre, C. (2012). Applications cliniques en psychologie de la santé. *Psychologie française*, 57(2), 131–142. <https://doi.org/10.1016/j.psfr.2012.03.005>

Gaudin, C. (2018). Méditation laïque et bien-être: Qu'en disent les élèves? *Sciences & Bonheur*, 3, 92–112. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01879137>

Gémieux, F., Raynal, P., Chabrol, H., & Monié, B. (2019). Pleine conscience dispositionnelle et aptitude à manger en pleine conscience dans la perte de poids de patients opérés par chirurgie bariatrique. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 29(1), 25–31. <https://doi.org/10.1016/j.jtcc.2018.08.001>

- Gendron, B., Kouremenou, E.-S., & Rusu, C. (2016). Emotional Capital Development, Positive Psychology and Mindful Teaching: Which Links? *International Journal of Emotional Education*, 8(1), 63–74. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1098792>
- Gentina, E., Daniel, C., & Tang, T. L.-P. (2020). Mindfulness Reduces Avaricious Monetary Attitudes and Enhances Ethical Consumer Beliefs: Mindfulness Training, Timing, and Practicing Matter. *Journal of Business Ethics*. <https://doi.org/10.1007/s10551-020-04559-5>
- Gex-Fabry, M., Jermann, F., Kosel, M., Rossier, M. F., Van der Linden, M., Bertschy, G., Bondolfi, G., & Aubry, J.-M. (2012). Salivary cortisol profiles in patients remitted from recurrent depression: One-year follow-up of a mindfulness-based cognitive therapy trial. *Journal of Psychiatric Research*, 46(1), 80–86. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2011.09.011>
- Gibert, L., Verdonk, C., Tarquinio, C., Falissard, B., El Hage, W., & Trousselard, M. (2020). 2015 Paris terrorist attacks: Care guidance for the massive influx of psychologically traumatized civilian casualties. Helping victims to develop their capacity to create a safe and protective environment by leveraging social resources like family, and inner resources like mindfulness should optimize global resilience. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 4(1), 100079. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2018.08.003>
- Girardeau, J.-C., Blonde, P., Makowski, D., Abram, M., Piolino, P., & Sperduti, M. (2020). The impact of state and dispositional mindfulness on prospective memory: A virtual reality study. *Consciousness and Cognition*, 81, 102920. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2020.102920>
- Goldberg, S. B., Wielgosz, J., Dahl, C., Schuyler, B., MacCoon, D. S., Rosenkranz, M., Lutz, A., Sebranek, C. A., & Davidson, R. J. (2016). Does the Five Facet Mindfulness Questionnaire Measure What We Think It Does? Construct Validity Evidence From an Active Controlled Randomized Clinical Trial. *Psychological Assessment*, 28(8), 1009–1014. <https://doi.org/10.1037/pas0000233>
- Gregoire, S., Chenier, C., Doucerain, M., Lachance, L., & Shankland, R. (2020). Ecological Momentary Assessment of Stress, Well-Being, and Psychological Flexibility Among College and University Students During Acceptance and Commitment Therapy. *Canadian Journal of Behavioural Science-Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 52(3), 231–243. <https://doi.org/10.1037/cbs0000175>
- Gregoire, S., Gagnon, J., Lachance, L., Shankland, R., Dionne, F., Kotsou, I., Monestes, J.-L., Rolffs, J. L., & Rogge, R. D. (2020). Validation of the english and french versions of the multidimensional psychological flexibility inventory short form (MPFI-24). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 99–110. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.06.004>
- Gruau, J.-Y. (2020). Les troubles obsessionnels compulsifs. *Soins Aides-soignantes*, 17(93), 28–29. <https://doi.org/10.1016/j.sasoi.2020.02.009>
- Gutierrez, D. L., Kuebel, S., Giersch, A., Schmidt, S., Meissner, K., & Wittmann, M. (2019). Meditation-Induced States, Vagal Tone, and Breathing Activity Are Related to Changes in

Auditory Temporal Integration. *Behavioral Sciences*, 9(5), 51.  
<https://doi.org/10.3390/bs9050051>

Guyot, E., Baudry, J., Hercberg, S., Galan, P., Kesse-Guyot, E., & Péneau, S. (2018). Mindfulness Is Associated with the Metabolic Syndrome among Individuals with a Depressive Symptomatology. *Nutrients*, 10(2). <https://doi.org/10.3390/nu10020232>

Hagege, H. (2017). Méditer pour l'équité. *Education Et Francophonie*, 45(1), 107–133.  
<https://doi.org/10.7202/1040723ar>

Hagège, H., & El Ourmi, M. (2018). De la prévention primaire des radicalisations violentes à l'éducation à la sante pour la responsabilité. In *Trajectoires Humaines Transcontinentales* (Issue 4, pp. 71–85). Université de Limoges. <https://hal-unilim.archives-ouvertes.fr/hal-02431209>

Hamard, A., & Chenault, M. (2017). Méditation et présence attentive: Étude comparée de pratiques de consciences en Asie et en France. *Staps*, n° 117-118(3), 167–187. <https://www-cairn-info.ezproxy.u-paris.fr/revue-staps-2017-3-page-167.htm>

Hanley, A. W., Dambrun, M., & Garland, E. L. (2020). Effects of Mindfulness Meditation on Self-Transcendent States: Perceived Body Boundaries and Spatial Frames of Reference. *Mindfulness*, 11(5), 1194–1203. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01330-9>

Heeren, A., Deplus, S., Peschard, V., Nef, F., Kotsou, I., Dierickx, C., Mondillon, L., Robinaugh, D. J., & Philippot, P. (2015). Does Change in Self-reported Mindfulness Mediate the Clinical Benefits of Mindfulness Training? A Controlled Study Using the French Translation of the Five Facet Mindfulness Questionnaire. *Mindfulness*, 6(3), 553–559.  
<https://doi.org/10.1007/s12671-014-0287-1>

Heeren, A., Douilliez, C., Peschard, V., Debrauwere, L., & Philippot, P. (2011). Cross-cultural consistency of the Five Facets Mindfulness Questionnaire: Adaptation and validation in a French sample. *European Review of Applied Psychology / Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 61, 147–151. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2011.02.001>

Hennekam, S., Richard, S., & Grima, F. (2020). Coping with mental health conditions at work and its impact on self-perceived job performance. *Employee Relations*, 42(3), 626–645.  
<https://doi.org/10.1108/ER-05-2019-0211>

Henrion, A., Courtet, P., Arpon-Brand, V., Lafrancesca, A., Lacourt, L., Jausse, I., Guillaume, S., Olie, E., & Ducasse, D. (2020). PEPSUI, a Psychoeducational Program for the Management of Suicidal Patients: A Qualitative Study From a Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 500447. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.500447>

Jao, T., Li, C.-W., Vértes, P. E., Wu, C. W., Achard, S., Hsieh, C.-H., Liou, C.-H., Chen, J.-H., & Bullmore, E. T. (2016). Large-Scale Functional Brain Network Reorganization During Taoist Meditation. *Brain Connectivity*, 6(1), 9–24. <https://doi.org/10.1089/brain.2014.0318>

Jermann, F., Van der Linden, M., Gex-Fabry, M., Guarin, A., Kosel, M., Bertschy, G., Aubry, J.-M., & Bondolfi, G. (2013). Cognitive Functioning in Patients Remitted from

Recurrent Depression: Comparison with Acutely Depressed Patients and Controls and Follow-up of a Mindfulness-Based Cognitive Therapy Trial. *Cognitive Therapy and Research*, 37(5), 1004–1014. <https://doi.org/10.1007/s10608-013-9544-1>

Jordan, S., Messner, M., & Becker, A. (2009). Reflection and Mindfulness in Organizations: Rationales and Possibilities for Integration. *Management Learning*, 40(4), 465–473. <https://doi.org/10.1177/1350507609339687>

Joufflineau, C., Vincent, C., & Bachrach, A. (2018). Synchronization, Attention and Transformation: Multidimensional Exploration of the Aesthetic Experience of Contemporary Dance Spectators. *Behavioral Sciences*, 8(2), 24. <https://doi.org/10.3390/bs8020024>

Julien Sweerts, S., Apfeldorfer, G., Kureta-Vanoli, K., & Romo, L. (2019). Les thérapies émotionnelles dans les problématiques de surpoids ou d'obésité. *L'Encéphale*, 45(3), 263–270. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.02.009>

Juneau, C., Pellerin, N., Trives, E., Ricard, M., Shankland, R., & Dambrun, M. (2020). Reliability and validity of an equanimity questionnaire: The two-factor equanimity scale (EQUA-S). *PeerJ*, 8, e9405. <https://doi.org/10.7717/peerj.9405>

Juneau, C., Shankland, R., & Dambrun, M. (2020). Trait and State Equanimity: The Effect of Mindfulness-Based Meditation Practice. *Mindfulness*, 11(7), 1802–1812. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01397-4>

Kaliman, P., Alvarez-López, M. J., Cosín-Tomás, M., Rosenkranz, M. A., Lutz, A., & Davidson, R. J. (2014). Rapid changes in histone deacetylases and inflammatory gene expression in expert meditators. *Psychoneuroendocrinology*, 40, 96–107. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2013.11.004>

Karjalainen, M., Islam, G., & Holm, M. (2019). Scientization, instrumentalization, and commodification of mindfulness in a professional services firm. *Organization*. <https://doi.org/10.1177/1350508419883388>

Khalsa, S. S., Rudrauf, D., Davidson, R. J., & Tranel, D. (2015). The effect of meditation on regulation of internal body states. *Frontiers in Psychology*, 6, 924. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00924>

Klein, A., Taieb, O., Xavier, S., Baubet, T., & Reyre, A. (2020). The benefits of mindfulness-based interventions on burnout among health professionals: A systematic review. *Explore (New York, N.Y.)*, 16(1), 35–43. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2019.09.002>

Klimecki, O., Marchant, N. L., Lutz, A., Poinsel, G., Chételat, G., & Collette, F. (2019). The impact of meditation on healthy ageing—The current state of knowledge and a roadmap to future directions. *Current Opinion in Psychology*, 28, 223–228. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.01.006>

Korponay, C., Dentico, D., Kral, T. R. A., Ly, M., Kruis, A., Davis, K., Goldman, R., Lutz, A., & Davidson, R. J. (2019). The Effect of Mindfulness Meditation on Impulsivity and its

Neurobiological Correlates in Healthy Adults. *Scientific Reports*, 9(1), 11963. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-47662-y>

Kotsou, I., Leys, C., & Fossion, P. (2018). Acceptance alone is a better predictor of psychopathology and well-being than emotional competence, emotion regulation and mindfulness. *Journal of Affective Disorders*, 226, 142–145. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.09.047>

Kral, T. R. A., Schuyler, B. S., Mumford, J. A., Rosenkranz, M. A., Lutz, A., & Davidson, R. J. (2018). Impact of short- and long-term mindfulness meditation training on amygdala reactivity to emotional stimuli. *NeuroImage*, 181, 301–313. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2018.07.013>

Kruis, A., Slagter, H. A., Bachhuber, D. R. W., Davidson, R. J., & Lutz, A. (2016). Effects of meditation practice on spontaneous eyeblink rate. *Psychophysiology*, 53(5), 749–758. <https://doi.org/10.1111/psyp.12619>

Lantheaume, S., Montagne, M., & Shankland, R. (2020). Intervention centrée sur les ressources pour réduire les troubles anxieux et dépressifs chez les patients atteints de cancer: Une étude pilote. *L'Encéphale*, 46(1), 13–22. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.07.005>

Laroche, F. (2017). Méditation en pleine conscience et lombalgie chronique. *Douleurs*, 18(4), 171–173. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.douler.2017.07.003>

Lefranc, B., Martin-Krumm, C., Aufauvre-Poupon, C., Berthail, B., & Trousselard, M. (2020). Mindfulness, Interoception, and Olfaction: A Network Approach. *Brain Sciences*, 10(12). <https://doi.org/10.3390/brainsci10120921>

Légal, J.-B., Meyer, T., Csillik, A., & Nicolas, P.-A. (2016). Goal priming, public transportation habit and travel mode selection: The moderating role of trait mindfulness. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour*, 38, 47–54. <https://doi.org/10.1016/j.trf.2016.01.003>

Legand, M., Brennstuhl, M. J., Machado, J., Peter, L., Vismara, L., & Tarquinio, C. (2019). Prise en charge psychothérapeutique de la fibromyalgie: Une revue systématique. *Douleurs Evaluation - Diagnostic - Traitement*, 20(3), 89–108. <https://doi.org/10.1016/j.douler.2019.04.003>

Lestage, P., & Bergugnat, L. (2019). Effets de la pratique de la pleine conscience sur la santé mentale des enseignants: Une étude pilote contrôlée non randomisée. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 29(3), 101–118. <https://doi.org/10.1016/j.itcc.2019.02.001>

Lestage, P., & Xu, R. (2016). Effets de la pratique de la pleine conscience et du Tai Chi Chuan sur la santé mentale d'étudiants: Une étude pilote contrôlée non randomisée. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 26(1), 32–48. <https://doi.org/10.1016/j.itcc.2015.12.003>



- Lévêque, S., & Caraly, R. (2018). Accompagner le développement et l'éveil du nouveau-né. *Soins. Pédiatrie, puériculture*, 39(303), 44–47. <https://doi.org/10.1016/j.spp.2018.05.010>
- Lichtlé, J., Downes, N., Engelberg, A., & Cappe, É. (2019). The Effects of Parent Training Programs on the Quality of Life and Stress Levels of Parents Raising a Child with Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review of the Literature. In *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02568527>
- Lienard, Y. (2018). Place de la pleine conscience dans le traitement des troubles du comportement alimentaire et de l'obésité: Mise au point. *Cahiers de Nutrition et de Diététique*, 53(4), 198–208. <https://doi.org/10.1016/j.cnd.2018.04.002>
- Linares Gutierrez, D., Kübel, S., Giersch, A., Schmidt, S., Meissner, K., & Wittmann, M. (2019). Meditation-Induced States, Vagal Tone, and Breathing Activity Are Related to Changes in Auditory Temporal Integration. *Behavioral Sciences (Basel, Switzerland)*, 9(5). <https://doi.org/10.3390/bs9050051>
- Lutz, A., Jha, A. P., Dunne, J. D., & Saron, C. D. (2015). Investigating the Phenomenological Matrix of Mindfulness-Related Practices From a Neurocognitive Perspective. *American Psychologist*, 70(7), 632–658. <https://doi.org/10.1037/a0039585>
- Lutz, A., Klimecki, O. M., Collette, F., Poinsel, G., Arenaza-Urquijo, E., Marchant, N. L., De La Sayette, V., Rauchs, G., Salmon, E., Vuilleumier, P., Frison, E., Vivien, D., Chételat, G., & Medit-Ageing Research Group. (2018). The Age-Well observational study on expert meditators in the Medit-Ageing European project. *Alzheimer's & Dementia (New York, N. Y.)*, 4, 756–764. <https://doi.org/10.1016/j.trci.2018.11.002>
- Lutz, A., Mattout, J., & Pagnoni, G. (2019). The epistemic and pragmatic value of non-action: A predictive coding perspective on meditation. *Current Opinion in Psychology*, 28, 166–171. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.12.019>
- Lutz, A., McFarlin, D. R., Perlman, D. M., Salomons, T. V., & Davidson, R. J. (2013). Altered anterior insula activation during anticipation and experience of painful stimuli in expert meditators. *Neuroimage*, 64, 538–546. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2012.09.030>
- MacCoon, D. G., MacLean, K. A., Davidson, R. J., Saron, C. D., & Lutz, A. (2014). No sustained attention differences in a longitudinal randomized trial comparing mindfulness based stress reduction versus active control. *PloS One*, 9(6), e97551. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0097551>
- Makowski, D., Sperduti, M., Lavallée, S., Nicolas, S., & Piolino, P. (2019). Dispositional mindfulness attenuates the emotional attentional blink. *Consciousness and Cognition*, 67, 16–25. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2018.11.004>
- Makowski, D., Sperduti, M., Lavalée, S., Nicolas, S., & Piolino, P. (2020). Adaptation and Validation of a Short French Version of the Affective Style Questionnaire. *International Journal of Cognitive Therapy*, 13(2), 146–158. <https://doi.org/10.1007/s41811-019-00060-8>

Marais, G. A. B., Lantheaume, S., Fiault, R., & Shankland, R. (2020). Mindfulness-Based Programs Improve Psychological Flexibility, Mental Health, Well-Being, and Time Management in Academics. *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education*, 10(4), 1035–1050. <https://doi.org/10.3390/ejihpe10040073>

Marchant, N. L., Barnhofer, T., Klimecki, O. M., Poinsel, G., Lutz, A., Arenaza-Urquijo, E., Collette, F., Wirth, M., Schild, A.-K., Coll-Adrós, N., Reyrolle, L., Horney, D., Krolak-Salmon, P., Molinuevo, J. L., Walker, Z., Maillard, A., Frison, E., Jessen, F., Chételat, G., & SCD-WELL Medit-Ageing Research Group. (2018). The SCD-Well randomized controlled trial: Effects of a mindfulness-based intervention versus health education on mental health in patients with subjective cognitive decline (SCD). *Alzheimer's & Dementia (New York, N. Y.)*, 4, 737–745. <https://doi.org/10.1016/j.trci.2018.10.010>

Marconi, A., Balzola, M. A., Gatto, R., Soresini, A., Mabilia, D., & Poletti, S. (2019). Compassion-oriented mindfulness-based program and health professionals. A Single-Centered Pilot Study on Burnout. *European Journal of Mental Health*, 14(2), 280–295. <https://doi.org/10.5708/EJMH.14.2019.2.4>

Marotte, C. (2020). Méditation et prévention des risques psychosociaux chez les personnels hospitaliers en santé mentale Pleine. *Annales Medico-Psychologiques*, 178(7), 773–776. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2020.06.013>

Masselin-Dubois, A. (2016). Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) et Mindfulness, un modèle de flexibilité psychologique pour la douleur chronique. *Douleurs Evaluation - Diagnostic - Traitement*, 17(5), 233–251. <https://doi.org/10.1016/j.douler.2016.08.003>

Mengin, A. C., Kayser, C., Tuzin, N., Perruisseau-Carrier, J., Charpiot, A., Berna, F., Lilot, M., & Vidailhet, P. (2020). Mindfulness Improves Otolaryngology Residents' Performance in a Simulated Bad-News Consultation: A Pilot Study. *Journal of Surgical Education*. <https://doi.org/10.1016/j.jsurg.2020.11.009>

Meyer, R. (2013). Quatre approches des processus inconscients: L'expérience de mort imminente, la pneumanalyse, la méditation, la psychose aiguë. *Annales Medico-Psychologiques*, 171(9), 654–657. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2013.08.006>

Michel, G., Meyer, E., Grabé, M., Meriau, V., Cuadrado, J., Poujade, S. H., Garcia, M., & Salla, J. (2019). Effets de la « Mindfulness » sur l'anxiété, le bien-être et les aptitudes de pleine conscience chez des élèves scolarisés du CE2 au CM2. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 177(10), 981–986. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2019.09.009>

Miller, H. C., Lefebvre, O., Lyon, P., Nelson, J. B., & Molet, M. (2014). A Focused Attention Intervention for Preventing the Recovery of Initial Learning. *Cognitive Therapy and Research*, 38(6), 652–659. <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9625-9>

Minot, J., Raynal, P., Chabrol, H., & Monié, B. (2019). Pleine conscience dispositionnelle et bien-être émotionnel chez des adolescents pratiquant la boxe. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 29(4), 185–191. <https://doi.org/10.1016/j.itcc.2019.10.002>



- Mirabel-Sarron, C. (2007). Les psychothérapies de la dépression entre effet curatif et effet préventif: Y a-t-il une place à privilégier ? *Annales Medico-Psychologiques*, 165(8), 593–597. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2007.08.005>
- Mirabel-Sarron, C. (2011). Thérapies comportementales et cognitives et troubles de l'humeur. *Annales médico-psychologiques*, 169(9), 595–605. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2011.07.002>
- Mirabel-Sarron, C., Dorocant, E. S., Sala, L., Bachelart, M., Guelfi, J.-D., & Rouillon, F. (2009). Mindfulness based cognitive therapy (MBCT) dans la prévention des rechutes thymiques chez le patient bipolaire I : une étude pilote. *Annales Medico-Psychologiques*, 167(9), 686–692. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2009.08.019>
- Mirabel-Sarron, C., & Vera, L. (2014). Techniques de thérapies comportementales. *EMC - Psychiatrie*, 11(4), 1–14. [https://doi.org/10.1016/S0246-1072\(14\)65247-0](https://doi.org/10.1016/S0246-1072(14)65247-0)
- Molet, M., Macquet, B., Lefebvre, O., & Williams, K. D. (2013). A focused attention intervention for coping with ostracism. *Consciousness and Cognition*, 22(4), 1262–1270. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2013.08.010>
- Monestès, J.-L., Vuille, P., & Serra, E. (2007). Thérapie de pleine conscience, thérapie d'acceptation et d'engagement et douleur chronique. *Douleurs Evaluation - Diagnostic - Traitement*, 8(2), 73–79. [https://doi.org/10.1016/S1624-5687\(07\)88796-8](https://doi.org/10.1016/S1624-5687(07)88796-8)
- Monié, B., Bronchain, J., Becquie, S., Raynal, P., & Chabrol, H. (2019). Pleine conscience dispositionnelle et comportements antisociaux: Étude de profils chez le jeune adulte. *Journal de Therapie Comportementale et Cognitive*, 29(1), 32–39. <https://doi.org/10.1016/j.jtcc.2018.09.002>
- Montani, F., Dagenais-Desmarais, V., Giorgi, G., & Gregoire, S. (2018). A Conservation of Resources Perspective on Negative Affect and Innovative Work Behaviour: The Role of Affect Activation and Mindfulness. *Journal of Business and Psychology*, 33(1), 123–139. <https://doi.org/10.1007/s10869-016-9480-7>
- Montani, F., Vandenberghe, C., Khedhaouria, A., & Courcy, F. (2020). Examining the inverted U-shaped relationship between workload and innovative work behavior: The role of work engagement and mindfulness. *Human Relations*, 73(1), 59–93. <https://doi.org/10.1177/0018726718819055>
- Nègre, I. (2013). Méthodes non médicamenteuses: Compréhension actuelle des mécanismes d'action. *Douleurs Evaluation - Diagnostic - Traitement*, 14(3), 111–118. <https://doi.org/10.1016/j.douler.2013.01.007>
- Orvain, J. (2014). Organizational Qui-Vive: An Intermediate Approach to Structuring the Link Between Attention and Action. *Management*, 17(5), 346–370. <https://doi.org/10.3917/mana.175.0346>

- Paille, F. (2018). Les innovations thérapeutiques en alcoologie. *Annales Medico-Psychologiques*, 176(8), 750–757. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2018.08.004>
- Pasquier, F., & Barbry, R. (2018). Pratiques de pleine attention et effets de la méditation. *Cahiers pédagogiques*, 547. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02146455>
- Paty, J., Brenot, P., Tignol, J., & Bourgeois, M. (1978). Activités évoquées cérébrales (variation contingente négative et potentiels évoqués) et états de conscience modifiés (relaxation sophronique, méditation transcendantale). *Annales médico-psychologiques*, 136(1), 143–169. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/354456>
- Pelissolo, A. (2012). Thérapies comportementales et cognitives des phobies sociales: Programmes classiques et nouvelles approches. *Annales médico-psychologiques*, 170(4), 289–292. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2012.03.009>
- Petitmengin, C. (2014). Huit semaines à méditer. *Grands Dossiers Des Sciences Humaines, Grands Dossiers "Le bonheur modes d'emploi"*(35), 52–53. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01285942>
- Petitmengin, C., Van Beek, M., Bitbol, M., Nissou, J.-M., & Roepstorff, A. (2017a). Que vit le méditant? Méthodes et enjeux d'une description micro-phénoménologique de l'expérience méditative. *Intellectica - La Revue de l'Association Pour La Recherche Sur Les Sciences de La Cognition (ARCo)*, 67, 219–242. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01653434>
- Petitmengin, C., Van Beek, M., Bitbol, M., Nissou, J.-M., & Roepstorff, A. (2017b). What is it like to meditate? Methods and issues of a micro-phenomenological description of meditative experience. *Journal of Consciousness Studies*, 24(5–6), 170–198. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01653495>
- Petitmengin, C., van Beek, M., Bitbol, M., Nissou, J.-M., & Roepstorff, A. (2019). Studying the experience of meditation through Micro-phenomenology. *Current Opinion in Psychology*, 28, 54–59. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.10.009>
- Poisnel, G., Arenaza-Urquijo, E., Collette, F., Klimecki, O. M., Marchant, N. L., Wirth, M., de La Sayette, V., Rauchs, G., Salmon, E., Vuilleumier, P., Frison, E., Maillard, A., Vivien, D., Lutz, A., Chételat, G., & Medit-Ageing Research Group. (2018). The Age-Well randomized controlled trial of the Medit-Ageing European project: Effect of meditation or foreign language training on brain and mental health in older adults. *Alzheimer's & Dementia (New York, N. Y.)*, 4, 714–723. <https://doi.org/10.1016/j.trci.2018.10.011>
- Poletti, S., Razzini, G., Ferrari, R., Ricchieri, M. P., Spedicato, G. A., Pasqualini, A., Buzzega, C., Artioli, F., Petropulacos, K., Luppi, M., & Bandieri, E. (2019). Mindfulness-Based stress reduction in early palliative care for people with metastatic cancer: A mixed-method study. *Complementary Therapies in Medicine*, 47, 102218. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.102218>
- Radel, R., Sarrazin, P., Legrain, P., & Gobance, L. (2009). Subliminal priming of motivational orientation in educational settings: Effect on academic performance moderated by

mindfulness. *Journal of Research in Personality*, 43(4), 695–698. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.02.011>

Radin, D. I., Vieten, C., Michel, L., & Delorme, A. (2011). Electro cortical Activity Prior to Unpredictable Stimuli in Meditators and Nonmeditators. *EXPLORE*, 7(5), 286–299. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2011.06.004>

Rebattel, M. (2019). Neurodevelopmental disorders, anxiety and mindfulness. *ANAE - Approche Neuropsychologique des Apprentissages chez l'Enfant*, 31(158), 87–92. Embase. <https://www-embase-com.ezproxy.u-paris.fr/a/#/search/results?subaction=viewrecord&rid=1&page=1&id=L626766335>

Retailleau, B. (2020). Vivre l'instant présent pour être disponible à l'autre. *Soins Aides-soignantes*, 17(93), 20–21. <https://doi.org/10.1016/j.sasoi.2020.02.006>

Robin, N., Toussaint, L., Sinnapah, S., Hue, O., & Coudeville, G. R. (2019). Beneficial Influence of Mindfulness Training Promoted by Text Messages on Self-Reported Aerobic Physical Activity in Older Adults: A Randomized Controlled Study. *Journal of Aging and Physical Activity*, 28(3), 406–414. <https://doi.org/10.1123/japa.2019-0002>

Rodgers, R. F., Donovan, E., Cousineau, T., Yates, K., McGowan, K., Cook, E., Lowy, A. S., & Franko, D. L. (2018). BodiMojo: Efficacy of a Mobile-Based Intervention in Improving Body Image and Self-Compassion among Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(7), 1363–1372. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0804-3>

Rondeau, C. (2020). Approche psychologique du patient obèse et arthrosique. *Pratiques en nutrition*, 16(61), 38–41. <https://doi.org/10.1016/j.pranut.2019.12.009>

Rooney, D., Kuepers, W., Pauleen, D., & Zhuravleva, E. (2019). A Developmental Model for Educating Wise Leaders: The Role of Mindfulness and Habitus in Creating Time for Embodying Wisdom. *Journal of Business Ethics*. <https://doi.org/10.1007/s10551-019-04335-0>

Rosenkranz, M. A., Lutz, A., Perlman, D. M., Bachhuber, D. R. W., Schuyler, B. S., MacCoon, D. G., & Davidson, R. J. (2016). Reduced stress and inflammatory responsiveness in experienced meditators compared to a matched healthy control group. *Psychoneuroendocrinology*, 68, 117–125. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2016.02.013>

Ruffault, A., Bernier, M., Juge, N., & Fournier, J. F. (2016). Mindfulness May Moderate the Relationship Between Intrinsic Motivation and Physical Activity: A Cross-Sectional Study. *Mindfulness*, 7(2), 445–452. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0467-7>

Ruffault, A., Bernier, M., Thiénot, E., Fournier, J. F., & Flahault, C. (2017). Exploring the links between mindfulness skills, physical activity, signs of anxiety, and signs of depression among non-clinical participants. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 27(1), 16–24. <https://doi.org/10.1016/j.jtcc.2016.09.003>

Ruffault, A., Carette, C., Lurbe I Puerto, K., Juge, N., Beauchet, A., Benoliel, J.-J., Lacorte, J.-M., Fournier, J. F., Czernichow, S., & Flahault, C. (2016). Randomized controlled trial of a 12-month computerized mindfulness-based intervention for obese patients with binge

eating disorder: The MindOb study protocol. *Contemporary Clinical Trials*, 49, 126–133. <https://doi.org/10.1016/j.cct.2016.06.012>

Ruffault, A., Czernichow, S., Hagger, M. S., Ferrand, M., Erichot, N., Carette, C., Boujut, E., & Flahault, C. (2017). The effects of mindfulness training on weight-loss and health-related behaviours in adults with overweight and obesity: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Research & Clinical Practice*, 11(5 Suppl 1), 90–111. <https://doi.org/10.1016/j.orcp.2016.09.002>

Ruffault, A., Czernichow, S., Lurbe i Puerto, K., Fournier, J. F., Carette, C., & Flahault, C. (2019). Intervention basée sur la pleine conscience auprès de patients souffrant d'obésité et de trouble de binge eating: Résultats préliminaires de l'essai contrôlé randomisé MindOb. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 29(1), 4–24. <https://doi.org/10.1016/j.jtcc.2018.09.001>

Ruffault, A., Grégoire, S., Hendrickson, K., & Flahault, C. (2016). Cognitive Behavioral Therapy with Daily Mindfulness Training: A Case Report of Comorbid Binge Eating and Bipolar Disorders. *Mindfulness*, 7(2), 573–576. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0446-z>

Russell-Williams, J., Jaroudi, W., Perich, T., Hoscheidt, S., El Haj, M., & Moustafa, A. A. (2018). Mindfulness and meditation: Treating cognitive impairment and reducing stress in dementia. *Reviews in the Neurosciences*, 29(7), 791–804. <https://doi.org/10.1515/revneuro-2017-0066>

Saghatchian, M., & Lesur, A. (2019). Gestion des effets secondaires de l'hormonothérapie du cancer du sein chez la femme jeune. *Bulletin du cancer*, 106(12), S37–S42. [https://doi.org/10.1016/S0007-4551\(20\)30046-1](https://doi.org/10.1016/S0007-4551(20)30046-1)

Sala, L. (2011). Faut-il traiter ou accepter ses émotions ? *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 169(2), 128–131. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2011.01.002>

Sala, L., Mouret, S., Lebohec, E., & Guelfi, J.-D. (2009). Évaluation d'un nouveau format de psychothérapie de groupe émotionnel. *Annales Médico-Psychologiques*, 167(2), 148–151. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2008.12.008>

Sala, Loretta, Camart, N., Derval, A., & Rambaud, D. (2018). Résultats préliminaires d'une thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (MBCT) appliquée à un groupe de patients phobiques sociaux. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 176(5), 495–500. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2017.06.003>

Satori, N., & Mirabel Sarron, C. (2020). Thérapies comportementales et cognitives: Généralités. *Soins. Psychiatrie*, 41(326), 43–46. [https://doi.org/10.1016/S0241-6972\(20\)30021-9](https://doi.org/10.1016/S0241-6972(20)30021-9)

Schimchowitsch, S., & Rohmer, O. (2016). Can We Reduce Our Implicit Prejudice Toward Persons with Disability? The Challenge of Meditation. *International Journal of Disability Development and Education*, 63(6), 641–650. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2016.1156656>

- Schmidt, C., Reyes, G., Barrientos, M., Langer, Á. I., & Sackur, J. (2019). Meditation focused on self-observation of the body impairs metacognitive efficiency. *Consciousness and Cognition*, 70, 116–125. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2019.03.001>
- Servant, D., Germe, A., Autuori, M., De Almeida, F., Hay, M., Douilliez, C., & Vaiva, G. (2014). Protocole de relaxation intégrative et transdiagnostique pour patients anxieux. Résultats d'une étude pilote. *L'Encéphale*, 40(6), 501–506. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2014.07.001>
- Servant, Dominique. (2019). Traitement non médicamenteux des troubles anxieux. *La Revue du praticien*, 69(9), 985–987. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32237617>
- Servant, Dominique, Leterme, A.-C., Barasino, O., Rougegrez, L., Duhamel, A., & Vaiva, G. (2017). Efficacy of Seren@ctif, a Computer-Based Stress Management Program for Patients With Adjustment Disorder With Anxiety: Protocol for a Controlled Trial. *JMIR Research Protocols*, 6(10), e190. <https://doi.org/10.2196/resprot.7976>
- Shankland, R., Bayot, M., Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2020). Prévenir le burn out parental: Le rôle de la pleine conscience. *La revue de santé scolaire et universitaire*, 11(62), 16–18. <https://doi.org/10.1016/j.revssu.2020.02.005>
- Shankland, R., Bressoud, N., Tessier, D., & Gay, P. (2018). La bienveillance: Une compétence socioémotionnelle de l'enseignant au service du bien-être et des apprentissages ? *Questions Vives-Recherches En Education*, 29, 3601. <https://doi.org/10.4000/questionsvives.3601>
- Shankland, R., Favre, P., Kotsou, I., & Mermillod, M. (2021). Mindfulness and De-automatization: Effect of Mindfulness-Based Interventions on Emotional Facial Expressions Processing. *Mindfulness*. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01515-2>
- Shankland, R., Tessier, D., Strub, L., Gauchet, A., & Baeyens, C. (2020). Improving Mental Health and Well-Being through Informal Mindfulness Practices: An Intervention Study. *Applied Psychology. Health and Well-Being*. <https://doi.org/10.1111/aphw.12216>
- Similowski, T. (2018). Treat the lungs, fool the brain and appease the mind: Towards holistic care of patients who suffer from chronic respiratory diseases. *European Respiratory Journal*, 51(2). <https://doi.org/10.1183/13993003.00316-2018>
- Skanavi, S., Laqueille, X., & Aubin, H.-J. (2011). Interventions basées sur la pleine conscience en addictologie. *L'Encéphale*, 37(5), 379–387. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2010.08.010>
- Speranza, M., & Debbané, M. (2020). Innovations en psychothérapie chez l'enfant. *La Revue du praticien*, 70(5), 514–519. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/33058637>
- Sperduti, M., Makowski, D., Blondé, P., & Piolino, P. (2017). Meditation and successful aging: Can meditative practices counteract age-related cognitive decline? *Geriatric Et Psychologie Neuropsychiatrie Du Vieillessement*, 15(2), 205–213. <https://doi.org/10.1684/pnv.2017.0672>
- Sperduti, M., Makowski, D., & Piolino, P. (2016). The protective role of long-term meditation on the decline of the executive component of attention in aging: A preliminary cross-sectional study. *Neuropsychology, Development, and Cognition. Section B, Aging*,

Sperduti, M., Martinelli, P., & Piolino, P. (2012). A neurocognitive model of meditation based on activation likelihood estimation (ALE) meta-analysis. *Consciousness and Cognition*, 21(1), 269–276. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2011.09.019>

Strub, L. (2013). Potentiel d'applicabilité de la thérapie cognitive basée sur la pleine conscience dans la prise en charge des troubles sexuels. *Annales Medico-Psychologiques*, 171(2), 105–109. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2013.01.002>

Strub, Lionel, & Tarquinio, C. (2012). Une analyse des effets de la Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT) du champ princeps de la dépression à une pluralité de troubles psychiques: Une revue de la littérature. *L'Évolution Psychiatrique*, 77(3), 469–490. <https://doi.org/10.1016/j.evopsy.2012.04.007>

Strub, Lionel, & Tarquinio, C. (2013). Effets de la Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT) sur le stress et les symptômes associés dans un contexte industriel: Une étude-pilote contrôlée et randomisée. *Santé mentale au Québec*, 38(1), 207–225. <http://id.erudit.org/iderudit/1019193ar>

Sussman, S., Reynaud, M., Aubin, H.-J., & Leventhal, A. M. (2011). Drug Addiction, Love, and the Higher Power. *Evaluation & the Health Professions*, 34(3), 362–370. <https://doi.org/10.1177/0163278711401002>

Sweerts, S. J., & Romo, L. (2020). Impulsivité alimentaire et troubles du comportement alimentaire: De la neuropsychologie à la psychologie clinique. *Annales Medico-Psychologiques*, 178(3), 314–317. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2020.01.016>

Taylor, V. A., Daneault, V., Grant, J., Scavone, G., Breton, E., Roffe-Vidal, S., Courtemanche, J., Lavarenne, A. S., Marrelec, G., Benali, H., & Beauregard, M. (2013). Impact of meditation training on the default mode network during a restful state. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 8(1), 4–14. <https://doi.org/10.1093/scan/nsr087>

Teo, T. S. H., Srivastava, S. C., Ranganathan, C., & Loo, J. W. K. (2011). A framework for stakeholder oriented mindfulness: Case of RFID implementation at YCH Group, Singapore. *European Journal of Information Systems*, 20(2), 201–220. <https://doi.org/10.1057/ejis.2010.58>

Tharwat, D., Trousselard, M., Balès, M., Sutter-Dallay, A.-L., Fromage, D., Spitz, E., Dallay, D., Harvey, T., Welter, E., Coatleven, F., Cherier, L., Teissèdre, F., Pouly, J.-L., Dutheil, F., & Duffaud, A. M. (2018). Chronic Stress protection for postnatal dEpREssioN prEvention (SERENE): A protocol for an exploratory study. *BMJ Open*, 8(5), e018317. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-018317>

Theurel, A., GIMBERT, F., & Edouard, G. (2018). Interventions basées sur la pleine conscience: Quels effets sur la santé physique et psychologique des adolescents? *Médecine & Enfance*. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01912294>



- Theurel, A., GIMBERT, F., & Gentaz, E. (2018). Quels sont les bénéfices académiques, cognitifs, socio-émotionnels et psychologiques des interventions basées sur la pleine conscience en milieu scolaire ? Une synthèse des 39 études quantitatives publiées entre 2005 et 2017. *ANAE - Approche Neuropsychologique Des Apprentissages Chez L'enfant*. <http://enfance-et-attention.org/wp-content/uploads/2018/08/1806ArticleAnaePleineConscienceScol>
- Theurel, A., Gimbert, F., & Gentaz, E. (2020). The effectiveness of a school-based mindfulness intervention (ADOMIND) on adolescents' depressive symptoms: A pilot study. *Année Psychologique*, 120(3), 233–247.
- Thienot, E., Jackson, B., Dimmock, J., Grove, J. R., Bernier, M., & Fournier, J. F. (2014). Development and preliminary validation of the mindfulness inventory for sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 72–80. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.003>
- Thuillier Lecouf, A., Videloup, L., Letrecher, S., Béchade, C., Recorbet, M., & Chatelet, V. (2020). L'hypnose Ericksonienne et la méditation pleine conscience: Vers une médecine comportementale en néphrologie. *Néphrologie & thérapeutique*. <https://doi.org/10.1016/j.nephro.2019.08.002>
- Tran, C. (2011). De la méditation bouddhiste à la thérapie cognitive fondée sur la pleine conscience. *PSN*, 9(1), 10–18. <https://doi.org/10.1007/s11836-010-0157-4>
- Trousselard, M., Canini, F., Claverie, D., Cungi, C., Putois, B., & Franck, N. (2016). Cardiac Coherence Training to Reduce Anxiety in Remitted Schizophrenia, a Pilot Study. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 41(1), 61–69. <https://doi.org/10.1007/s10484-015-9312-y>
- Trousselard, M., Steiler, D., Claverie, D., & Canini, F. (2014). L'histoire de la Mindfulness à l'épreuve des données actuelles de la littérature: Questions en suspens. *L'Encéphale*, 40(6), 474–480. <https://doi.org/10.1016/j.enceph.2014.08.006>
- Trousselard, M., Steiler, D., Claverie, D., & Canini, F. (2016). Comment mesurer la mindfulness? Problèmes et perspectives. *L'Encéphale*, 42(1), 99–104. <https://doi.org/10.1016/j.enceph.2013.09.004>
- Trousselard, Marion, Dutheil, F., Ferrer, M.-H., Babouraj, N., & Canini, F. (2015). Tactics to Optimize the Potential and CardioBioFeedback in Stress Management: The French Experience. *Medical Acupuncture*, 27(5), 367–375. <https://doi.org/10.1089/acu.2014.1052>
- Trousselard, Marion, Steiler, D., Raphel, C., Cian, C., Duymedjian, R., Claverie, D., & Canini, F. (2010). Validation of a French version of the Freiburg Mindfulness Inventory - short version: Relationships between mindfulness and stress in an adult population. *BioPsychoSocial Medicine*, 4, 8. <https://doi.org/10.1186/1751-0759-4-8>
- Turgon, R., Ruffault, A., Juneau, C., Blatier, C., & Shankland, R. (2019). Eating Disorder Treatment: A Systematic Review and Meta-analysis of the Efficacy of Mindfulness-Based Programs. *Mindfulness*, 10(11), 2225–2244. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01216-5>

- Tyrode, Y., & Ligouzat, M. (1990). Méditation orientale et cartographie quantitative EEG. *Psychologie Medicale*, 22(14), 1465–1473. Embase. <https://www.embase.com/search/results?subaction=viewrecord&id=L21080697&from=export>
- Vanhuffel, H., & Bat-Pitault, F. (2016). Insomnie et attaques de panique: Apport de la pleine conscience. *Medecine Du Sommeil*, 13(4), 166–169. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.msom.2016.09.001>
- Vanhuffel, Héloïse, Rey, M., Lambert, I., Da Fonseca, D., & Bat-Pitault, F. (2018). Apport de la pleine conscience dans les thérapies cognitives et comportementales de l'insomnie. *L'Encéphale*, 44(2), 134–140. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2016.12.001>
- Velasco, P. F. (2017). Attention in the Predictive Processing Framework and the Phenomenology of Zen Meditation. *Journal of Consciousness Studies*, 24(11–12), 71–93. <https://www.ingentaconnect.com/content/imp/jcs/2017/00000024/F0020011/art00004>
- Verdonk, C., Alescio-Lautier, B., Paban, V., Chambon, C., Ferrer, M.-H., & Trousselard, M. (2017). Évaluation cognitive de la disposition Mindfulness: Approche expérimentale classique et perspectives d'une approche intégrative. *L' Evolution psychiatrique*, 82(4), 775–790. <https://doi.org/10.1016/j.evopsy.2017.01.003>
- Verdonk, C., Trousselard, M., Canini, F., Vialatte, F., & Ramdani, C. (2020). Toward a Refined Mindfulness Model Related to Consciousness and Based on Event-Related Potentials. *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, 15(4), 1095–1112. <https://doi.org/10.1177/1745691620906444>
- Vieten, C., Wahbeh, H., Cahn, B. R., MacLean, K., Estrada, M., Mills, P., Murphy, M., Shapiro, S., Radin, D., Josipovic, Z., Presti, D., Sapiro, M., Chazen Bays, J., Russell, P., Vago, D., Travis, F., Walsh, R., & Delorme, A. (2018). Future directions in meditation research: Recommendations for expanding the field of contemplative science. In *PLoS ONE* (Vol. 13, Issue 11, p. e0205740). Public Library of Science. <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02350229>
- Vignaud, P., Donde, C., Sadki, T., Poulet, E., & Brunelin, J. (2018). Neural effects of mindfulness-based interventions on patients with major depressive disorder: A systematic review. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 88, 98–105. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.03.004>
- Vignaud, P., Reilly, K. T., Donde, C., Haesebaert, F., & Brunelin, J. (2019). Clinical Effects of Mindfulness-Based Intervention in Patients With First Episode Psychosis and in Individuals With Ultra-High Risk for Transition to Psychosis: A Review. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 797. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00797>
- Vion-Dury, J., Mougin, G., Chen, C.-Y., Turcq, S., & Begnis, M. (2021). « Lâcher prise » et fluidité de la conscience. Mise au point d'un questionnaire d'évaluation, d'inspiration phénoménologique. *Annales Medico-Psychologiques*, 179(1), 44–53. Embase. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2020.02.011>



von Hammerstein, C., Cornil, A., Rothen, S., Romo, L., Khazaal, Y., Benyamina, A., Billieux, J., & Luquiens, A. (2020). Psychometric properties of the transaddiction craving triggers questionnaire in alcohol use disorder. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 29(1), e1815. <https://doi.org/10.1002/mpr.1815>

von Hammerstein, C., Khazaal, Y., Dupuis, M., Aubin, H.-J., Benyamina, A., Luquiens, A., & Romo, L. (2019). Feasibility, acceptability and preliminary outcomes of a mindfulness-based relapse prevention program in a naturalistic setting among treatment-seeking patients with alcohol use disorder: A prospective observational study. *BMJ Open*, 9(5), e026839. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026839>

Von Hammerstein, C., Luquiens, A., Khazaal, Y., Benyamina, A., Aubin, H., & Romo, L. (2017). Mindfulness dans le traitement des addictions: Quelles perspectives pour la prise en charge du jeu pathologique. *Alcoologie & Addictologie*. <https://hal-univ-paris10.archives-ouvertes.fr/hal-01566641>

von Hammerstein, C., Miranda, R., Aubin, H.-J., Romo, L., Khazaal, Y., Benyamina, A., & Luquiens, A. (2018). Mindfulness and Cognitive Training in a CBT-resistant Patient With Gambling Disorder: A Combined Therapy to Enhance Self-control. *Journal of Addiction Medicine*, 12(6), 484–489. <https://doi.org/10.1097/ADM.0000000000000433>

Von Hammerstein, C., & Romo, L. (2019). Reflections on mindfulness and self-compassion for the treatment of addictions. *Psychotropes (Belgium)*, 25(2–3), 31–49. Embase. <https://doi.org/10.3917/psyt.252.0031>

Vuillemin, Q., Schwartzbrod, P.-E., Pasquier, P., Sibille, F., Trousselard, M., & Ferrer, M.-H. (2018). Influence of Personality Traits on the Effective Performance of Lifesaving Interventions: Example of the Tourniquet Application in Forward Combat Casualty Care. *Military Medicine*, 183(1–2), e95–e103. <https://doi.org/10.1093/milmed/usx011>

Wagener, B. (2013). Autogenic training, metacognition and higher education. *Educational Psychology*, 33(7), 849–861. <https://doi.org/10.1080/01443410.2013.785051>

Weber, B., Jermann, F., Lutz, A., Bizzini, L., & Bondolfi, G. (2012). Approches thérapeutiques basées sur la pleine conscience (mindfulness): Utilité pour le traitement de la douleur. *Revue médicale suisse*, 8(347), 1395–1398. <https://www.revmed.ch/RMS/2012/RMS-347/Approches-therapeutiques-basees-sur-la-pleine-conscience-mindfulness-utilite-pour-le-traitement-de-la-douleur>

Weber, B., Sala, L., Gex-Fabry, M., Docteur, A., Gorwood, P., Cordera, P., Bondolfi, G., Jermann, F., Aubry, J.-M., & Mirabel-Sarron, C. (2017). Self-Reported Long-Term Benefits of Mindfulness-Based Cognitive Therapy in Patients with Bipolar Disorder. *Journal of Alternative and Complementary Medicine (New York, N.Y.)*, 23(7), 534–540. <https://doi.org/10.1089/acm.2016.0427>

Weiner, L., Garcia-Krafes, E., Garcia, S., Berthomier, C., Morali, A., Metzger, J.-Y., Weibel, S., Javelot, H., & Bertschy, G. (2018). IDEM-dépression: Caractéristiques et évaluation d'un groupe ouvert combinant psycho-éducation et thérapie cognitivo-

comportementale. *L'Encéphale*, 44(2), 141–147.  
<https://doi.org/10.1016/j.encep.2016.09.004>

Weiner, Luisa, Wittmann, M., Bertschy, G., & Giersch, A. (2016). Dispositional Mindfulness and Subjective Time in Healthy Individuals. *Frontiers in Psychology*, 7, 786.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00786>

Weiss, A., Caussade, D., Groff, V., & Combre, C. (2019). Effets de la méditation de pleine conscience sur les pratiques soignantes en EHPAD. *NPG Neurologie - Psychiatrie - Gériatrie*, 19(114), 318–325. <https://doi.org/10.1016/j.npg.2019.06.001>

Weiss, A., Meriadec, H., & Combre, C. (2019). L'accompagnement des démences: Méditation de pleine conscience et « savoir-être » soignant. *NPG Neurologie - Psychiatrie - Gériatrie*, 19(114), 326–332. <https://doi.org/10.1016/j.npg.2019.04.001>

Wielgosz, J., Schuyler, B. S., Lutz, A., & Davidson, R. J. (2016). Long-term mindfulness training is associated with reliable differences in resting respiration rate. *Scientific Reports*, 6, 27533. <https://doi.org/10.1038/srep27533>

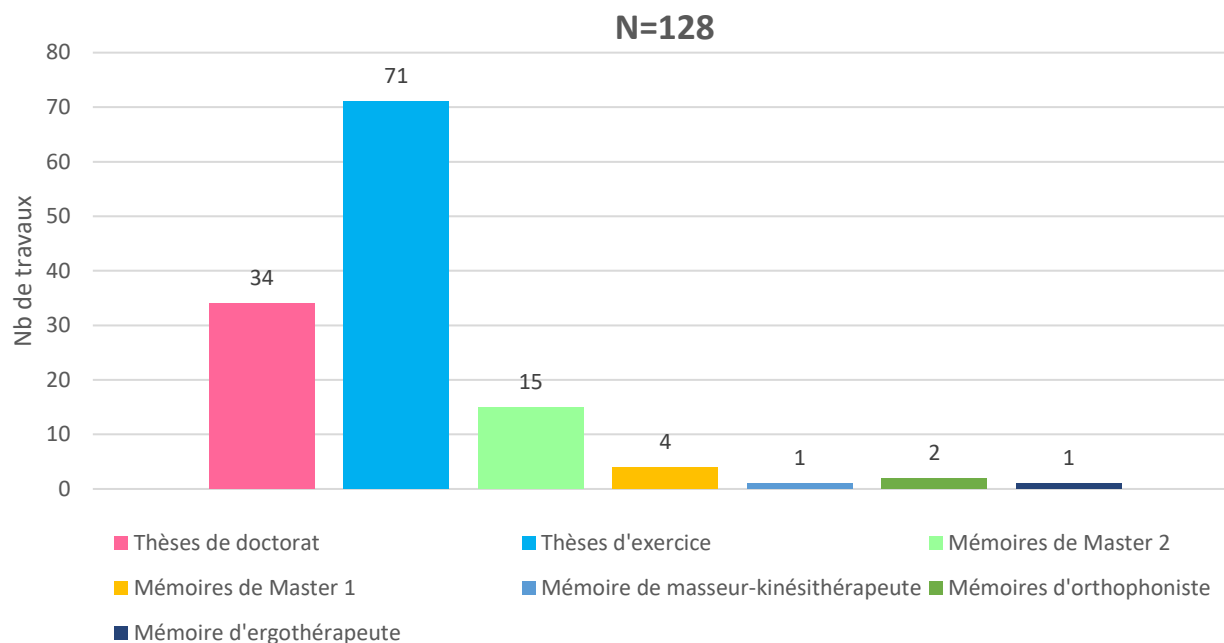
Willem, C., Gandolphe, M.-C., Roussel, M., Verkindt, H., Pattou, F., & Nandrino, J.-L. (2019). Difficulties in emotion regulation and deficits in interoceptive awareness in moderate and severe obesity. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia Bulimia and Obesity*, 24(4), 633–644. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00738-0>

Willem, C., Nandrino, J.-L., Doba, K., Roussel, M., Triquet, C., Verkindt, H., Pattou, F., & Gandolphe, M.-C. (2020). Interoceptive reliance as a major determinant of emotional eating in adult obesity. *Journal of Health Psychology*, 1359105320903093. <https://doi.org/10.1177/1359105320903093>

Wollast, R., Riemer, A. R., Sarda, E., Wiernik, B. M., & Klein, O. (2020). How Self-Compassion Moderates the Relation Between Body Surveillance and Body Shame Among Men and Women. *Mindfulness*, 11(10), 2298–2313. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01448-w>

Zorn, J., Abdoun, O., Bouet, R., & Lutz, A. (2020). Mindfulness meditation is related to sensory-affective uncoupling of pain in trained novice and expert practitioners. *European Journal of Pain (London, England)*, 24(7), 1301–1313. <https://doi.org/10.1002/ejp.1576>

## ❖ Thèses et mémoires universitaires



Ahmad, R. (2012). L'efficacité de la thérapie cognitive de pleine conscience chez des jeunes filles anorexiques [Thèse de doctorat]. Université Paul Valéry.

Aïni, K. (2012). Développement d'une prise en charge basée sur le vécu subjectif, les facteurs psychologiques et psychosociaux du syndrome douloureux chronique [These de doctorat, Lille 3]. <http://www.theses.fr/2012LIL30028>

Akatbach, F. (2020). Évaluation de la capacité à entrer en pleine conscience de patients présentant un stress quotidien après un programme d'initiation à la méditation de pleine conscience en médecine générale: Étude pilote menée dans un cabinet de médecine générale semi urbain pendant la période d'août à octobre 2017 [Thèse d'exercice]. Université de Strasbourg.

Audebert, T. (2014). *Les chemins parcourus: Du griffonnage au dessin méditatif* [Mémoire Master 2]. Université Paris 1. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01045134>

Azema, A. (2019). *Mindfulness, sensorialité et santé mentale* [Thèse d'exercice, Aix-Marseille]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02382561>

Baillargeat, M. (2015). Étude Noburnout: Évaluation de l'impact d'un programme en ligne et en autoformation de méditation pleine conscience de huit semaines sur le syndrome d'épuisement professionnel des étudiants en médecine de la quatrième à la sixième année, des internes de médecine et de chirurgie et des étudiants en maïeutique de l'Université de Poitiers [Thèse d'exercice]. Université de Poitiers.

- Baquedano Larrain, C. (2017). De-automatization through awareness of subjective realism: A neurophenomenological account of meditative states and their effect on cognitive bias [These de doctorat, Lyon]. <http://www.theses.fr/2017LYSE1341>
- Bar, J. (2020). Méthodes de prévention de l'épuisement professionnel utilisées par les médecins généralistes en zone à faible démographie médicale. L'exemple des jeunes généralistes de la région du Havre Seine Métropole [Thèse d'exercice, Université de Rouen Normandie]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02969717>
- Barbarin, T. (2019). Les effets des thérapies de méditation en pleine conscience sur les biomarqueurs de l'inflammation: Une revue systématique des essais contrôlés randomisés [Thèse d'exercice]. Université de Bourgogne.
- Benjaafar, A. (2019). La méditation de pleine conscience: Besoins et perception des patients et professionnels de santé [Thèse d'exercice]. Université Paris-Sud.
- Berghmans, C. (2010). La méditation de pleine conscience "Mindfulness" en psychothérapie et son impact sur la santé physique et psychique: Vers une nouvelle prise en charge thérapeutique, l'approche MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) [Thèse de doctorat]. Université de Metz.
- Bernier, M. (2010). Exploration et optimisation des focalisations attentionnelles des sportifs experts à travers une approche naturaliste: Une contribution en golf et en patinage artistique [These de doctorat, Paris 11]. <http://www.theses.fr/2010PA113008>
- Bernon, O. de. (2000). Le manuel des maîtres de kammaṭṭhān: Étude et présentation de rituels de méditation dans la tradition du bouddhisme khmer (Vol. 1–2) [Thèse de doctorat]. Institut national des langues et civilisations orientales.
- Bicat, A.-S. (2020). Intérêt de la méditation de pleine conscience en médecine générale: Une revue de la littérature [Thèse d'exercice]. Université Claude Bernard.
- Bismuth, S. (2019). *Thérapie cognitivo-comportementale du souci: Une approche trans diagnostique possible ?* [Thèse d'exercice, Université de Bordeaux]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02492057>
- Boitouzet, A. (1979). Le rhinencéphale et les états modifiés de conscience vers des états supérieurs de conscience sous méditation: Réalisation et plénitude du soi sous méditation transcendante [Thèse d'exercice]. Université de Bourgogne.
- Bonhomme, E. (2016). La méditation de pleine conscience: Intérêts d'une pratique personnelle pour les professionnels de santé mentale [Thèse d'exercice]. Université de Bourgogne.
- Bonte-Baert, A. (2020). *Application de la thérapie comportementale dialectique à une personne avancée en âge à risque suicidaire* [Thèse d'exercice, Université de Picardie Jules Verne]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02925988>

Bourcey, J. (2019). *Les freins à la mise en place de la pleine conscience scolaire* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Languedoc-Roussillon. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02407043>

Bourgy, M. (2012). L'adaptation cognitive et l'improvisation dans les environnements dynamiques: Pour une intégration de l'expérience sensible dans les modèles de l'activité experte [These de doctorat, Paris 8]. <http://www.theses.fr/2012PA084127>

Braboszcz, C. (2012). *Study of the electroencephalographic correlates of mind wandering and meditation* [Thèse de doctorat]. Université Toulouse 3 Paul Sabatier.

Brandmeyer, T. (2017). Etude du rôle des oscillations dans les états attentionnels endogènes et exogènes: Les nouvelles méthodes en neurophénoménologie [These de doctorat, Toulouse 3]. <http://www.theses.fr/2017TOU30026>

Brin, E. (2018). *La relaxation à la maternelle en Guadeloupe: Un outil pour favoriser les apprentissages* [Mémoire Master 1]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Académie de Guadeloupe. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02129428>

Buisson, A. (2017). *Addictions, pathologies du lien, épigénétique et méditation de pleine conscience* [Thèse d'exercice]. Université de Franche-Comté. Faculté de médecine et de pharmacie.

Cadec-Sérougne, M. (1984). Influence d'une technique de relaxation mentale, la méditation transcendante, sur quelques facteurs de personnalité [Thèse de 3ème cycle].

Camilleri, G. (2015). Perception des sensations physiques et des émotions dans le comportement alimentaire: Lien avec la consommation alimentaire et le statut pondéral en population générale [These de doctorat, Sorbonne Paris Cité]. <https://www.theses.fr/2015USPCD106>

Canac, A. (2020). Méditation de pleine conscience et trouble de stress post-traumatique: État des connaissances et revue non exhaustive de la littérature [Thèse d'exercice]. Université de Bordeaux.

Chambonnet, C. (2013). Intérêt d'un programme psychothérapeutique basé sur la pleine conscience dans la prévention de la rechute chez les patients alcoolodépendants [Thèse d'exercice]. Université de Clermont I.

Charrier, S. (2019). Enquête de pratique: L'orientation des patients douloureux chroniques vers l'hypnose ou la méditation pleine conscience par les médecins algologues de structures spécialisées douleur chronique de l'agglomération bordelaise [Thèse d'exercice]. Université de Bordeaux.

Collin, J.-B. (2020). La méditation de pleine conscience comme outil de prévention face au burnout des internes en médecine: Étude de faisabilité aux urgences [Thèse d'exercice]. Université de Strasbourg.

Cottarre-Lafitte, M. (2017). *Subjectivités pendant l'urgence cardiaque* [These de doctorat, Paris, CNAM]. <http://www.theses.fr/2017CNAM1156>

- Coulon, M. (2016). Troubles de l'usage de l'alcool et prise de décision: Apports de la méditation de pleine conscience [Thèse d'exercice]. Université de Poitiers.
- Crapoulet, C. (2009). *Le bouddhisme, une spiritualité au service de l'homme* [Mémoire Master 1]. Université Grenoble Alpes - UFR Arts & Sciences Humaines. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01144593>
- Cuvillier-Remacle, O. (2014). *La thérapie d'acceptation et d'engagement: Une revue systématique de la littérature* [Thèse d'exercice]. Université de Tours. UFR de médecine.
- Czuly, C. (2020). Les effets de la pleine conscience sur la performance, la satisfaction au travail et l'intention de quitter des commerciaux. Une étude empirique. [Thèse de doctorat, Paul Valéry Montpellier 3]. <http://www.theses.fr/s174940>
- D'Annunzio, A. (2017). L'impact de la pratique de la pleine conscience sur la santé mentale (stress, anxiété, dépression) et la santé physique chez un groupe de lycéens en classe de terminale: Étude contrôlée [Thèse d'exercice]. Université de Tours. UFR de médecine.
- Decker, E. (2015). La méditation de Pleine Conscience pour la prise en charge de la souffrance émotionnelle associée à la douleur chronique: Adaptation à des patients âgés douloureux chroniques [Thèse de doctorat]. Université Paul Valéry.
- Dethoor, M. (2020). Facteurs prédictifs de la réponse au MBCT pour les patients souffrant de trouble dépressif: Le point de vue des statistiques et du machine learning [Thèse d'exercice, Université d'Aix-Marseille]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02921546>
- Devoy, S. (2018). La relaxation et la médiation comme outils d'amélioration de l'atmosphère de classe et levier pour l'apprentissage de l'anglais en 2nde [Mémoire Master 2]. Sorbonne Université - École supérieure du professorat et de l'éducation. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01942416>
- dos Santos Havoudjian, K., & Martin, I. (2018). *Éduquer au bien-être: Quel rôle pour le massage ou la méditation à l'école* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Languedoc-Roussillon. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01916689>
- Dripaux, A. (2019). État des lieux des connaissances et de l'intérêt des internes de médecine générale et médecins généralistes non thésés de l'ex-région Midi-Pyrénées concernant la méditation de pleine conscience en vue de son utilisation dans leur gestion du stress et des émotions [Thèse d'exercice]. Université Paul Sabatier (Toulouse). Faculté des sciences médicales Rangueil.
- Dubois, T. (2020). Les représentations des patients concernant la méditation de pleine conscience dans la prise en charge de leur anxiété en soins primaires: Étude qualitative [Thèse d'exercice]. Université de Lille.
- Dubos, C. (2019). Les intérêts de la méditation chez le jeune chirurgien-dentiste [Thèse d'exercice]. Université de Lille.

Dusacq, E. (2017). Programme de méditation mindfulness-based stress reduction dans une population d'hommes incarcérés [Thèse d'exercice]. Université de Montpellier. Faculté de médecine.

Ech-Cherif-El Kettani-Hajoui, M. (1985). Deux discours sur la personne dans sa dimension psychique et corporelle: Psychothérapies occidentales et méthodes extrême-orientales de "libération" (yoga hindou-méditation bouddhiste et Zen) [Thèse de doctorat]. École des hautes études en sciences sociales.

Escudeiro, M. (2017). *Comment aider les élèves en difficulté à réguler leurs émotions, pour favoriser une meilleure entrée dans les apprentissages ?* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Nantes. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02085970>

Etchevers, M. (2016). *Relation médecin-patient: Existe-il une relation entre empathie et pleine conscience* [Thèse d'exercice]. Université Pierre et Marie Curie (Paris). UFR de médecine Pierre et Marie Curie.

Faure, M.-C. (2018). Effets ressentis chez des personnes obèses ou en surpoids suite à un programme "d'alimentation en pleine conscience" [Thèse d'exercice]. Université de Montpellier. Faculté de médecine.

Fenogli, C. (2018). *Analyse de la pratique de la pleine conscience chez les adultes qui bégaient* [Mémoire du Certificat de capacité d'orthophoniste]. Université de Rouen Normandie. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01871898>

Ferrer, M.-H. (2013). Créativité adaptative et résilience: Recherche de leviers favorisant l'adaptation et la réadaptation dans le domaine de la santé. [These de doctorat, Aix-Marseille]. <https://www.theses.fr/2013AIXM3010>

Fontaine, E. (2015). *Facteurs émotionnels, cognitifs et comportementaux dans la fibromyalgie* [Thèse d'exercice, Université Grenoble Alpes]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01215161>

Fourcade, P. (2018). *L'attention et la concentration au coeur des apprentissages* [Mémoire Master 2]. Sorbonne Université - École supérieure du professorat et de l'éducation. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01917121>

Fovet, T. (2017). *Détection automatisée des hallucinations auditives en IRM fonctionnelle et perspectives thérapeutiques dans la schizophrénie* [These de doctorat, Lille 2]. <http://www.theses.fr/2017LIL2S036>

Françoise, D. (2016). *Pleine-conscience et management: Effet de la mindfulness sur la relation au travail et le style de leadership des managers*. [These de doctorat, Université Grenoble Alpes (ComUE)]. <http://www.theses.fr/2016GREAA028>

Freiin Von Hammerstein-Equord, C. F. (2018). Mindfulness et addictions: Évaluation du programme MBRP (Mindfulness-Based Relapse Prevention) chez des patients présentant une addiction avec ou sans substance [These de doctorat, Paris 10]. <http://www.theses.fr/2018PA100131>



Fucci, E. (2018). Regulation of perceptual learning by mindfulness meditation: Experiential and neurophysiological evidence [Thèse de doctorat]. Université de Lyon.

Gabriel, C. (2013). *Alimentation en pleine conscience, yoga et restriction cognitive: Flexible ou rigide ?* [Thèse d'exercice]. Université de Montpellier I. Faculté de médecine.

Gasnier, A. (2018). *L'impact de la pratique de la méditation sur la concentration des élèves* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Nantes. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02354431>

Gasnier, M. (2015). Application des psychothérapies mindfulness au traitement du trouble obsessionnel-compulsif: Revue des connaissances et mise en place d'un protocole expérimental [Thèse d'exercice, Université Paris Descartes]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01252322>

Gendron, B. (2016). Management des risques psycho-sociaux et capital émotionnel pour une qualité de vie au travail et vers des organisations capacitantes: Essai réflexif et intervention sur le stress dans le monde du soin et de l'éducation via l'approche de la pleine conscience, de l'acceptation et de l'engagement et de management de projet [Thèse de doctorat]. Université Paul Valéry.

Girard, K. (2014). *Représentations des médicaments et des médecines complémentaires et alternatives chez les patients MICI* [Thèse d'exercice, Université Grenoble Alpes]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01212163>

Givors, M. (2014). Transmettre un spectacle, transmettre une présence ? Analyse de la transmission du spectacle Les Fugues par la compagnie Yoann Bourgeois à quatre jeunes circassiens [Mémoire Master 2]. Université Grenoble Alpes. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01022126>

Gomes, A. (2017). Pensées répétitives, mode de pensée préférentiel et dépression: Effets médiateurs de la métacognition et de la pleine conscience [Thèse d'exercice]. Université de Picardie Jules Verne.

Gormier, L. (2003). La question de l'union de l'âme et du corps à partir de la pensée de Descartes: Âme-corps, méditation, méthode [Thèse d'université]. Université Jean Moulin.

Gorzerino, P. (1976). La méditation transcendantale: A travers des entretiens avec 38 méditants [Thèse d'exercice]. Bordeaux.

Goulinet, L. (1981). Etude sur les modifications de la personnalité par le programme de méditation transcendantale et de M. T. Sidhis: Applications médicales [Thèse d'exercice]. Université de Bourgogne.

Gouzy, F. (2019). *La pratique de la méditation en classe peut-elle favoriser l'attention pour une meilleure entrée dans les apprentissages ?* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Toulouse Midi-Pyrénées. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02573530>



- Guerrero, M. (2020). Apports de la méditation pleine conscience et de l'art-thérapie dans le cadre d'une double prise en charge des patients atteints de la maladie d'Alzheimer et de leurs aidants [Mémoire du Certificat de capacité d'orthophoniste]. Université Côte d'Azur - Département d'orthophonie. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02944402>
- Guesdon, A. (2018). *Du mind-wandering à la rumination dans la dépression: Aspects physiopathologiques et pistes de prévention* [Thèse d'exercice, Université Paris Descartes]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02056477>
- Guillen, D. (2019). Évaluation de la thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (MBCT) dans la bipolarité: Étude prospective pilote [Thèse d'exercice]. Université Paul Sabatier (Toulouse). Faculté des sciences médicales Purpan.
- Haenjohn, J. (2011). *The Effects of Acceptance and Commitment Therapy on Emotional Capital Development of the Freshmen Students* [These de doctorat, Montpellier 3]. <http://www.theses.fr/2011MON30028>
- Herbaut-Dufour, A. (2017). *La méditation: Un moyen pour faciliter la gestion des émotions des jeunes enfants* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Académie de Grenoble. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01661011>
- Hervé, L. (2017). *Comment rester bienveillant avec ses élèves ?* [Mémoire Master 2]. Université Paris-Sorbonne - Paris 4 - École supérieure du professorat et de l'éducation. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01622220>
- Holm, M. (2013). Avantages organisationnels des dispositions d'esprit alternatives: Comment les techniques de méditation améliorent le bien-être et la production créative parmi les employés [Thèse de doctorat]. Université Paris 1 Panthéon-Sorbonne.
- Hoorelbeke, A. (1977). *Essai de méditation sur la médecine* [Thèse d'exercice]. Université de Rouen Normandie.
- Hsu, B. (2016). *La méditation de pleine conscience à l'école* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Centre Val de Loire. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01369313>
- Hubert, L. (2019). Impact de la méditation mindfulness sur le vieillissement physiologique au niveau cérébral et cellulaire: Revue de la littérature [Thèse d'exercice]. Université de Caen Normandie.
- Humbert, E. (2019). La méditation pleine conscience: Vers une pratique professionnelle médicale sereine [Thèse d'exercice]. Université de Lorraine.
- Hyon, J. (2017). Méditation et médiation thérapeutique: Aspects théoriques et cliniques [Thèse de doctorat]. Université Côte d'Azur.
- Junker-Ilieff, M. (2018). *L'expérience de la pleine conscience par les soignants en santé mentale: Une méta-synthèse* [Thèse d'exercice]. Université de Paris-Sud. Faculté de médecine.

Kansoun, Z. (2017). *Le burnout des médecins en France: Méta-analyse (2000-2017)* [Thèse d'exercice, Aix-Marseille Université]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01876310>

Kwon, J. S. (2013). *Tadao Ando et les lieux de méditation* [Mémoire Master 1]. École nationale supérieure d'architecture de Toulouse. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01804301>

Lachaud, C. (1996). *Téléinduction au cours de la méditation: Approche électrophysiologique d'une problématique nouvelle sur la conscience* [Mémoire Master 1]. Université Nice Sophia Antipolis - UFR Lettres, Arts et Sciences humaines. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-00424291>

Lalova, M. (2012). *Exploration des mécanismes cognitifs, métacognitifs et autobiographiques dans le déficit d'insight dans la schizophrénie* [These de doctorat, Paris 5]. <http://www.theses.fr/2012PA05H120>

Latil, L. (2017). *Méditer à l'école maternelle: Quand la pleine conscience devient un outil pédagogique* [Mémoire Master 2]. Université Paris-Sorbonne - Paris 4 - École supérieure du professorat et de l'éducation. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01622515>

Le Gallo, M. (2018). *Pratique de la méditation en pleine conscience chez les parents d'enfants TDAH et amélioration de la qualité de vie intrafamiliale: Projet d'étude préliminaire* [Thèse d'exercice]. Université de Nantes. Unité de Formation et de Recherche de Médecine et des Techniques Médicales.

Le Nué, R. (2019). *Étude exploratoire concernant les effets cliniques et l'acceptabilité de la méditation de pleine conscience chez des réfugiés traumatisés* [Thèse d'exercice]. Université de Strasbourg.

Lebrun, L. (2017). *En quoi la relaxation et la méditation permettent-elles une meilleure entrée dans les apprentissages ?* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Académie de Nantes. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01643471>

Luu, L. (2017). *Méditation pleine conscience « Mindfulness »: Entre théorie et pratique, place des traditions et liens au cœur des thérapies* [Thèse d'exercice]. Université de Franche-Comté. Faculté de médecine et de pharmacie.

Marcotte, M. (2018). *Favoriser la réalisation des activités par le biais de la pleine conscience* [Mémoire Ergothérapeute]. Aix-Marseille Université. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01871152>

Mary, F. (2019). *Effet d'un programme d'entraînement physique personnalisé, associé à un programme d'entraînement mental par la Pleine Conscience (MBSR), sur les capacités physiques et la qualité de vie de patientes après chimiothérapie pour un cancer du sein: Étude strasbourgeoise contrôlée randomisée : résultats préliminaires* [Thèse d'exercice]. Université de Strasbourg.

Maugere-Ciupa, M. (2020). *Place de la thérapie cognitive basée sur la pleine conscience dans la dépression unipolaire: Une revue non-exhaustive de la littérature* [Thèse d'exercice]. Université de Bordeaux.

Mellas, L. (2014). L'ajustement dyadique et la dépression: Effets médiateurs de la métacognition et de la pleine conscience [Thèse d'exercice]. Université de Picardie Jules Verne.

Merlin, J. (2017). Améliorer son quotidien au cabinet dentaire par la pratique de la méditation de pleine conscience [Thèse d'exercice]. Université de Lorraine.

Mirzaïe, S. (2018). Étude exploratrice chez les étudiants en première année à l'École de santé des armées: Impact d'un fonctionnement en pleine conscience sur le stress et la santé [Thèse d'exercice]. Université Paris Descartes.

Monestés, C. (2011). Liens entre attention centrée sur soi et évitement expérientiel dans les troubles anxio-dépressifs et leur prise en charge psychothérapeutique [These de doctorat, Lille 3]. <http://www.theses.fr/2011LIL30008>

Montarnal, C. (2014). *Prendre soin de soi avec la méditation: Les effets de la MBCT sur la santé* [Thèse d'exercice]. Université de Nice-Sophia Antipolis. Faculté de Médecine.

Morcrette, E. (2015). Intérêt d'un programme d'alimentation en pleine conscience sur la restriction cognitive chez les personnes obèses ou en surpoids [Thèse d'exercice]. Université de Montpellier. Faculté de médecine.

Neff, J. (2017). *Intérêt de la méditation de pleine conscience dans la prise en charge de la douleur chronique en masso-kinésithérapie* [Mémoire DE masseur-kinésithérapeute]. Université de Brest. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01739579>

Nguyen, J. (1997). *Le stress du chirurgien-dentiste: La méditation est-elle une solution ?* [Thèse d'exercice]. Université du droit et de la santé (Lille). Faculté de chirurgie dentaire.

Nguyen, V.-H. (2018). Mindfulness et burn-out: Quand la pleine conscience devient un baume ... [Thèse d'exercice]. Université Claude Bernard.

Olivesi, C. (2018). Burnout chez les soignants en psychiatrie: Impact d'une intervention de prévention par la méditation de pleine conscience [Thèse d'exercice]. Université Paul Sabatier (Toulouse). Faculté des sciences médicales Purpan.

Ortuño Salmerón, S. (2016). *Une pratique de la pleine conscience à l'école pour agir sur l'impulsivité des élèves* [Mémoire Master 2]. École supérieure du professorat et de l'éducation - Languedoc-Roussillon. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01410026>

Pakulanon, S. (2019). *Evaluation of two mind and body methods' effects on stress reactivity, alexithymia, and their consequences* [These de doctorat, Université Paris-Saclay (ComUE)]. <http://www.theses.fr/2019SACLS593>

Pantelides, N. (1984). Renversement du processus de vieillissement et diminution de la consommation médicamenteuse par le programme de méditation transcendantale et de méditation transcendantale Sidhis [Thèse d'exercice]. Université de Montpellier I. UFR des sciences pharmaceutiques et biologiques.

Pavani, J.-B. (2018). Vers une individualisation des interventions centrées sur la régulation émotionnelle: Étude de la modération par la personnalité des effets d'interventions cognitive, de psychologie positive et de méditation de pleine conscience chez des adultes tout-venant [Thèse de doctorat]. Aix-Marseille Université.

Perche, D., & Munck, P. (2019). *L'influence de la méditation dans la pratique des médecins généralistes méditants: Étude qualitative* [Thèse d'exercice]. Université de Montpellier. Faculté de médecine.

Petit, C. (2017). Les bienfaits de la méditation dans la gestion du stress et son impact sur la santé [Thèse d'exercice]. Université de Lille.

Petit, J.-P. (1977). Contribution à l'étude physiologique des états de conscience: La méditation transcendantale [Thèse d'exercice]. Université Bordeaux-II.

Ploton, J. (2015). Analyse du design de l'étude No Burnout: Étude interventionnelle, randomisée, contrôlée, sans insu avec un suivi trimestriel pendant seize mois, des étudiants en médecine et sages-femmes de la faculté de Médecine de Poitiers, évaluant l'impact de deux outils de thérapie cognitivo-comportementale (Méditation Pleine Conscience et Grille SECCA) sur le burnout [Thèse d'exercice]. Université de Poitiers.

Précart, G. (2015). *Les techniques non médicamenteuses dans le trouble anxieux* [Thèse d'exercice, Université de Bordeaux]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01264920>

Princé, A. (2019). Approches complémentaires non pharmacologiques après un premier épisode psychotique: Évaluation d'un programme de soins couplant éducation thérapeutique et méditation pleine conscience, au CHU de Nantes [Thèse d'exercice]. Université de Nantes. Unité de Formation et de Recherche de Médecine et des Techniques Médicales.

Pulcini, M. (2018). Évaluation de l'effet de techniques de méditation en pleine conscience sur le système nerveux autonome et sur l'axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien: Revue systématique de la littérature [Thèse d'exercice]. Université Jean Monnet (Saint-Étienne). Faculté de médecine Jacques Lisfranc.

Rakotoarivony, D., & Clotet, L. (2019). Alimentation en pleine conscience et restriction cognitive sur ses versants flexible et rigide: Essai contrôlé chez des personnes en surpoids ou obèses [Thèse d'exercice]. Université de Montpellier. Faculté de médecine.

Reynaud, A. (2017). Réflexion sur l'efficacité, les limites et les perspectives d'avenir des thérapies basées sur la pleine conscience [Thèse d'exercice]. Université de Bourgogne.

Roux, M. (2017). *Les effets de la pleine conscience sur l'expérience et les pratiques managériales: Élaboration d'un modèle explicatif* [Thèse de doctorat, Paris 10]. <http://www.theses.fr/2017PA100149>

Rovillain, J. (2018). Effets des pensées persévératives, de la métacognition, du niveau d'interprétation sur un épisode dépressif caractérisé et son évolution sur sept mois: Résultats préliminaires sur un échantillon de 11 patients [Thèse d'exercice, Université de Picardie Jules Verne]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02053965>

Ruffault, A. (2017). *Le rôle de la pleine conscience dans l'accompagnement de patients obèses: Quand, pourquoi et comment intervenir ?* [Thèse de doctorat, Sorbonne Paris Cité]. <http://www.theses.fr/2017USPCB250>

Scarna, L. (2013). *Mindfulness ou pleine conscience: Bases théoriques et applications cliniques en psychiatrie* [Thèse d'exercice]. Université Claude Bernard.

Shajjarernwana, P. (2007). *Etudes exploratoires des effets bénéfiques de la méditation sur le stress professionnel: Enquête auprès des pratiquants bouddhistes zen en France* [Thèse doctorat]. Université Louis Pasteur.

Soria, P. (2009). *Trouble d'anxiété généralisée chez les adolescents: Recherches épidémiologique et clinique* [Thèse de doctorat, Toulouse 2]. <https://www.theses.fr/2009TOU20103>

Strub, L. (2010). *La Mindfulness-Based Cognitive Therapy: Revue de questions et élaboration d'un programme adapté à la prise en charge du stress professionnel : études-pilotes auprès d'une population de travailleurs* [Thèse de doctorat, Metz]. <http://www.theses.fr/2010METZ015L>

Taubregeas, A. (2018). *Les intérêts de la méditation pleine conscience dans la pratique odontologique* [Thèse d'exercice]. Université de Lille.

Tromeur, Y. (2019). *Conduites dopantes: Enquête sur le dopage intellectuel auprès des étudiants en santé de Rouen* [Thèse d'exercice, Université de Rouen Normandie]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02279235>

Turcq, S. (2018). *Mise au point d'un questionnaire d'évaluation de la flexibilité des flux de conscience: Étude pilote sur les effets de l'hypnose à visée analgésique* [Thèse d'exercice, Aix-Marseille Université]. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02095614>

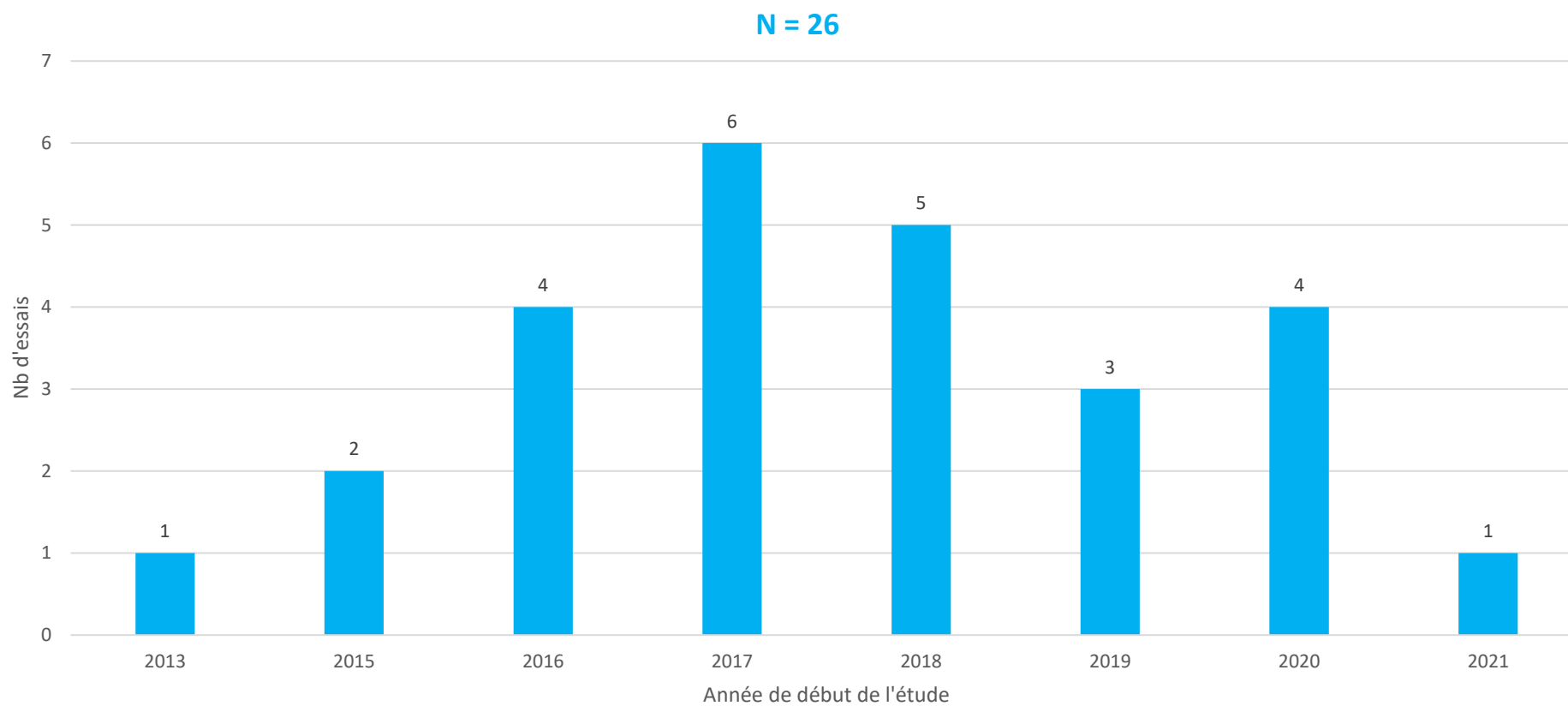
Vanhuffel, H. (2016). *Apport de la Pleine Conscience dans les thérapies cognitives et comportementales de l'insomnie: Étude prospective et contrôlée* [Thèse d'exercice]. Aix-Marseille Université.

Vargas de Francqueville, A. (2014). *La méditation de pleine conscience, application clinique en médecine générale: Revue de la littérature* [Thèse d'exercice]. Université Paul Sabatier (Toulouse). Faculté des sciences médicales Rangueil.

Vassas, C. (2019). *Disposition mindful et dysrégulation émotionnelle dans les troubles du comportement alimentaire: D'une approche transdiagnostique à une prise en charge multidimensionnelle par la Pleine conscience* [Thèse d'exercice]. Université Claude Bernard.

Viscun, I. (2015). *Somniloqui: Illustration et structuration des expériences méditatives* [Mémoire Master 2]. Université Paris 1 Panthéon-Sorbonne - UFR d'Arts plastiques et sciences de l'art. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01263390>

❖ Essais cliniques enregistrés dans Clinical trials





Titre de l'étude	Inclusions	Promoteur	Start Date	URL
Mindfulness Meditation for Epilepsy	40	CHU Rennes	04/01/2021	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04687904">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04687904</a>
Changes in Perception and Cognition During a Meditation Retreat	100	Hospices Civils de Lyon	02/10/2020	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04449913">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04449913</a>
Comparison of the Effectiveness of Two Psycho-physical Interventions: Mindfulness Based Relapse Prevention (MBRP) and Unguided Meditative Relaxation in Patients With Alcohol Use Disorder	168	CHU de Nimes	01/10/2020	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04598399">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04598399</a>
Pain of Patients, Suffering of Caregivers: Evaluation of the Benefit of Full Consciousness Meditation in Oncology	30	Centre François Baclesse, Caen	10/09/2020	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04410185">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04410185</a>
Impact of Mindfulness Intervention on Quality of Life in Patients With Drug-resistant Epilepsy.	100	CHU Grenoble	20/01/2020	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04126369">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04126369</a>
Feasability and Clinical Impact Study of Non Pharmacological Interventions in Management of Chronic Pain	155	CHU Grenoble - Hospices civils de Lyon	18/12/2019	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04176341">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04176341</a>
A Study Comparing the Influence of a Mindfulness-based Stress Reduction Program vs. Routine Management on Psychological Variables and Biological Markers Related to Immuno-inflammation Associated With Psychological Stress in Caregivers of Patients With Severe Psychiatric Disorders	80	CHU Dijon	21/10/2019	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03745235">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03745235</a>
Mindfulness-based Therapy Versus Relaxation in Prevention of Burnout in Medical Students	612	CHU Montpellier	04/10/2019	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04026594">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT04026594</a>
Implementation Intention for Physical Activity in Multiple Sclerosis	45	Hôpital Raymond-Poincaré, Garches	30/12/2018	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03785483">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03785483</a>

Titre de l'étude	Inclusions	Promoteur	Start Date	URL
Mindfulness and Cognition in Schizophrenia	50	CHU Saint Etienne	11/09/2018	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03318640">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03318640</a>
A Mindfulness Program (MBSR) in the Management of Symptomatic Hip and Knee Osteoarthritis	40	CHU Montpellier	05/09/2018	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03644615">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03644615</a>
Feasibility in France of a Mindfulness-based Group Therapy for Adolescents With Chronic Pain	25	CHU Toulouse	02/05/2018	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03561077">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03561077</a>
A Standardized Meditation Technique "Body-scan", in the Management of Anxiety in Hospitalized Parkinsonian Patients	33	CHU Bordeaux	23/03/2018	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03349554">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03349554</a>
A Single Mindfulness Meditation Session in Preoperative Anxiety : Effects on the Autonomous Nervous System	33	CHU de Saint Etienne	14/11/2017	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03324048">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03324048</a>
Neural Correlates of Self	100	Hospices Civils de Lyon	26/10/2017	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03206840">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03206840</a>
A Superiority Study To Compare The Effects Of An 8-Weeks Mindfulness-based Intervention Versus Health Education Programme On Mental Health And Wellbeing In Individuals With Subjective Cognitive Decline	160	INSERM Lyon	21/04/2017	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03005652">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03005652</a>
Post-natal Depression and Chronic Stress	100	Institut de Recherche Biomédicale des Armées	11/04/2017	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03088319">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03088319</a>
Study of Mindfulness Practice Efficacy in Alcoholic Relapse Prevention	200	CHU Clermont-Ferrand	21/01/2017	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03150550">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03150550</a>

Titre de l'étude	Inclusions	Promoteur	Start Date	URL
Trauma Exposure, Emotion Regulation and Eating Pathology in Obese Patients	200	Hôpital Européen Georges Pompidou, Paris	01/01/2017	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03009825">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03009825</a>
Study in Cognitively Intact Seniors Aiming to Assess the Effects of Meditation Training	137	INSERM, GIP Cycéron, Caen	24/11/2016	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02977819">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02977819</a>
Evaluation of the Impact of the Level of Mindfulness on the Management of Patients With Recurrent Depressive Disorders by the Mindfulness Based Cognitive Therapy ( MBCT ): an Exploratory Study	66	APHM Marseille	01/10/2016	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02872324">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02872324</a>
MindOb: A 12-month Computerized Mindfulness-based Intervention for Obese Individuals	50	Hôpital Ambroise Paré APHP	01/05/2016	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02571387">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02571387</a>
Brain and Mindfulness	285	Hospices Civils de Lyon	19/03/2016	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03117478">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT03117478</a>
Executive Training and Brain in Children	150	CHU Caen	01/10/2015	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02989116">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02989116</a>
Mindfulness-based Stress Reduction (MBSR) Program Combined With Endurance Exercise Training: a Help in Treatment for Breast Cancer?	100	CHU Strasbourg	01/05/2015	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02900326">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02900326</a>
Mindfulness in Preparation to Bariatric Surgery	100	CHU Grenoble	01/03/2013	<a href="https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02854306">https://ClinicalTrials.gov/show/NCT02854306</a>

## DISCUSSION DES RESULTATS (A VENIR)

## REMERCIEMENTS

L'auteur de ce document remercie très chaleureusement Madame Françoise ZENTZ et Monsieur Colin SIDRE des Bibliothèques de l'Université de Paris pour leurs conseils précieux et avisés concernant les bases de données bibliographiques ainsi que le Professeur Jean-Gérard BLOCH pour sa demande.

## BIBLIOGRAPHIE DU CONTEXTE

1. Kabat-Zinn J. Au coeur de la tourmente, la pleine conscience. Bruxelles: De Boeck; 2016. 813 p.
2. Kabat-Zinn J, Lipworth L, Burney R. The clinical use of mindfulness meditation for the self-regulation of chronic pain. *J Behav Med* [Internet]. 1985 Jun 1 [cited 2018 Oct 10];8(2):163–90. Available from: <https://doi.org/10.1007/BF00845519>
3. Kabat-Zinn J. An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness meditation: Theoretical considerations and preliminary results. *General Hospital Psychiatry* [Internet]. 1982 Apr 1 [cited 2019 Mar 19];4(1):33–47. Available from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/0163834382900263>
4. Khoury B, Lecomte T, Fortin G, Masse M, Therien P, Bouchard V, et al. Mindfulness-based therapy: A comprehensive meta-analysis. *Clinical Psychology Review* [Internet]. 2013 Aug [cited 2019 Aug 12];33(6):763–71. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0272735813000731>
5. Loucks EB, Schuman-Olivier Z, Britton WB, Fresco DM, Desbordes G, Brewer JA, et al. Mindfulness and Cardiovascular Disease Risk: State of the Evidence, Plausible Mechanisms, and Theoretical Framework. *Curr Cardiol Rep*. 2015 Dec;17(12):112.
6. Black DS, Slavich GM. Mindfulness meditation and the immune system: a systematic review of randomized controlled trials. *Ann N Y Acad Sci*. 2016;1373(1):13–24.
7. Malarkey WB, Jarjoura D, Klatt M. Workplace based mindfulness practice and inflammation: A randomized trial. *Brain, Behavior, and Immunity* [Internet]. 2013 Jan 1 [cited 2021 Mar 2];27:145–54. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0889159112004710>
8. Jacobs TL, Epel ES, Lin J, Blackburn EH, Wolkowitz OM, Bridwell DA, et al. Intensive meditation training, immune cell telomerase activity, and psychological mediators. *Psychoneuroendocrinology*. 2011 Jun;36(5):664–81.

9. Gomutbutra P, Yingchankul N, Chattipakorn N, Chattipakorn S, Srisurapanont M. The Effect of Mindfulness-Based Intervention on Brain-Derived Neurotrophic Factor (BDNF): A Systematic Review and Meta-Analysis of Controlled Trials. *Front Psychol.* 2020;11:2209.
10. Klimecki O, Marchant NL, Lutz A, Poinsel G, Chételat G, Collette F. The impact of meditation on healthy ageing — the current state of knowledge and a roadmap to future directions. *Current Opinion in Psychology* [Internet]. 2019 Aug 1 [cited 2021 Jan 8];28:223–8. Available from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352250X18302380>
11. Pascoe MC, Thompson DR, Jenkins ZM, Ski CF. Mindfulness mediates the physiological markers of stress: Systematic review and meta-analysis. *J Psychiatr Res.* 2017 Dec;95:156–78.
12. Heckenberg RA, Eddy P, Kent S, Wright BJ. Do workplace-based mindfulness meditation programs improve physiological indices of stress? A systematic review and meta-analysis. *J Psychosom Res.* 2018 Nov;114:62–71.
13. Lutz A, Greischar LL, Rawlings NB, Ricard M, Davidson RJ. Long-term meditators self-induce high-amplitude gamma synchrony during mental practice. *PNAS* [Internet]. 2004 Nov 16 [cited 2019 Apr 24];101(46):16369–73. Available from: <http://www.pnas.org/content/101/46/16369>
14. Hölzel BK, Lazar SW, Gard T, Schuman-Olivier Z, Vago DR, Ott U. How Does Mindfulness Meditation Work? Proposing Mechanisms of Action From a Conceptual and Neural Perspective. *Perspect Psychol Sci.* 2011;(v;6(6):537–59).
15. Tang Y-Y, Hölzel BK, Posner MI. The neuroscience of mindfulness meditation. *Nat Rev Neurosci.* 2015 Apr;16(4):213–25.
16. Fox KCR, Dixon ML, Nijeboer S, Girn M, Floman JL, Lifshitz M, et al. Functional neuroanatomy of meditation: A review and meta-analysis of 78 functional neuroimaging investigations. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* [Internet]. 2016 Jun [cited 2019 Dec 15];65:208–28. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0149763415302244>
17. Garrison KA, Scheinost D, Worhunsky PD, Elwafi HM, Thornhill TA, Thompson E, et al. Real-time fMRI links subjective experience with brain activity during focused attention. *NeuroImage* [Internet]. 2013 Nov 1 [cited 2020 Sep 20];81:110–8. Available from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1053811913005247>
18. Huang F-Y, Hsu A-L, Hsu L-M, Tsai J-S, Huang C-M, Chao Y-P, et al. Mindfulness Improves Emotion Regulation and Executive Control on Bereaved Individuals: An fMRI Study. *Front Hum Neurosci* [Internet]. 2019 [cited 2021 Feb 7];12. Available from: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnhum.2018.00541/full>

19. Kral TRA, Schuyler BS, Mumford JA, Rosenkranz MA, Lutz A, Davidson RJ. Impact of short- and long-term mindfulness meditation training on amygdala reactivity to emotional stimuli. *Neuroimage*. 2018 01;181:301–13.
20. Hilton L, Hempel S, Ewing BA, Apaydin E, Xenakis L, Newberry S, et al. Mindfulness Meditation for Chronic Pain: Systematic Review and Meta-analysis. *Ann Behav Med*. 2017 Apr;51(2):199–213.
21. Khoo E-L, Small R, Cheng W, Hatchard T, Glynn B, Rice DB, et al. Comparative evaluation of group-based mindfulness-based stress reduction and cognitive behavioural therapy for the treatment and management of chronic pain: A systematic review and network meta-analysis. *Evid Based Ment Health*. 2019;22(1):26–35.
22. Strauss C, Cavanagh K, Oliver A, Pettman D. Mindfulness-based interventions for people diagnosed with a current episode of an anxiety or depressive disorder: a meta-analysis of randomised controlled trials. *PLoS ONE*. 2014;9(4):e96110.
23. Kuyken W, Warren FC, Taylor RS, Whalley B, Crane C, Bondolfi G, et al. Efficacy of Mindfulness-Based Cognitive Therapy in Prevention of Depressive Relapse: An Individual Patient Data Meta-analysis From Randomized Trials. *JAMA Psychiatry*. 2016 Jun 1;73(6):565–74.
24. González-Valero G, Zurita-Ortega F, Ubago-Jiménez JL, Puertas-Molero P. Use of Meditation and Cognitive Behavioral Therapies for the Treatment of Stress, Depression and Anxiety in Students. A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2019 Nov 10;16(22).
25. Wang Y-Y, Li X-H, Zheng W, Xu Z-Y, Ng CH, Ungvari GS, et al. Mindfulness-based interventions for major depressive disorder: A comprehensive meta-analysis of randomized controlled trials. *J Affect Disord*. 2018 Mar 15;229:429–36.
26. Chu C-S, Stubbs B, Chen T-Y, Tang C-H, Li D-J, Yang W-C, et al. The effectiveness of adjunct mindfulness-based intervention in treatment of bipolar disorder: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2018 Jan 1;225:234–45.
27. Gu Q, Hou J-C, Fang X-M. Mindfulness Meditation for Primary Headache Pain: A Meta-Analysis. *Chin Med J (Engl)*. 2018 Apr 5;131(7):829–38.
28. Cavicchioli M, Movalli M, Maffei C. The Clinical Efficacy of Mindfulness-Based Treatments for Alcohol and Drugs Use Disorders: A Meta-Analytic Review of Randomized and Nonrandomized Controlled Trials. *Eur Addict Res*. 2018;24(3):137–62.
29. Maglione MA, Maher AR, Ewing B, Colaiaco B, Newberry S, Kandrack R, et al. Efficacy of mindfulness meditation for smoking cessation: A systematic review and meta-analysis. *Addict Behav*. 2017 Jun;69:27–34.



30. Goldberg SB, Tucker RP, Greene PA, Davidson RJ, Wampold BE, Kearney DJ, et al. Mindfulness-based interventions for psychiatric disorders: A systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Rev.* 2018 Feb;59:52–60.
31. Vancampfort D, Stubbs B, Van Damme T, Smith L, Hallgren M, Schuch F, et al. The efficacy of meditation-based mind-body interventions for mental disorders: A meta-review of 17 meta-analyses of randomized controlled trials. *Journal of Psychiatric Research* [Internet]. 2021 Feb 1 [cited 2021 Mar 7];134:181–91. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022395620311560>
32. Sabe M, Sentissi O, Kaiser S. Meditation-based mind-body therapies for negative symptoms of schizophrenia: Systematic review of randomized controlled trials and meta-analysis. *Schizophr Res.* 2019 Oct;212:15–25.
33. Cillessen L, Johannsen M, Speckens AEM, Zachariae R. Mindfulness-based interventions for psychological and physical health outcomes in cancer patients and survivors: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychooncology.* 2019 Dec;28(12):2257–69.
34. Carrière K, Khoury B, Günak MM, Knäuper B. Mindfulness-based interventions for weight loss: a systematic review and meta-analysis. *Obes Rev.* 2018 Feb;19(2):164–77.
35. Sala M, Shankar Ram S, Vanzhula IA, Levinson CA. Mindfulness and eating disorder psychopathology: A meta-analysis. *Int J Eat Disord.* 2020 Jun;53(6):834–51.
36. Paudyal P, Jones C, Grindey C, Dawood R, Smith H. Meditation for asthma: Systematic review and meta-analysis. *J Asthma.* 2018 Jul;55(7):771–8.
37. Rusch HL, Rosario M, Levison LM, Olivera A, Livingston WS, Wu T, et al. The effect of mindfulness meditation on sleep quality: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Ann N Y Acad Sci.* 2019 Jun;1445(1):5–16.
38. Li C, Zhu Y, Zhang M, Gustafsson H, Chen T. Mindfulness and Athlete Burnout: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health.* 2019 Feb 3;16(3).
39. Slemp GR, Jach HK, Chia A, Loton DJ, Kern ML. Contemplative interventions and employee distress: A meta-analysis. *Stress Health.* 2019 Aug;35(3):227–55.
40. Suleiman-Martos N, Gomez-Urquiza JL, Aguayo-Estremera R, Cañadas-De La Fuente GA, De La Fuente-Solana EI, Albendín-García L. The effect of mindfulness training on burnout syndrome in nursing: A systematic review and meta-analysis. *J Adv Nurs.* 2020 May;76(5):1124–40.

41. Bartlett L, Martin A, Neil AL, Memish K, Otahal P, Kilpatrick M, et al. A systematic review and meta-analysis of workplace mindfulness training randomized controlled trials. *Journal of Occupational Health Psychology* [Internet]. 2019 Feb [cited 2019 Mar 10];24(1):108–26. Available from: <http://doi.apa.org/getdoi.cfm?doi=10.1037/ocp0000146>
42. Spinelli C, Wisener M, Khoury B. Mindfulness training for healthcare professionals and trainees: A meta-analysis of randomized controlled trials. *J Psychosom Res.* 2019 May;120:29–38.
43. Lamothe M, McDuff P, Pastore YD, Duval M, Sultan S. Developing professional caregivers' empathy and emotional competencies through mindfulness-based stress reduction (MBSR): results of two proof-of-concept studies. *BMJ Open.* 2018 05;8(1):e018421.
44. Gilmartin H, Goyal A, Hamati MC, Mann J, Saint S, Chopra V. Brief Mindfulness Practices for Healthcare Providers - A Systematic Literature Review. *Am J Med.* 2017;130(10):1219.e1-1219.e17.
45. Le collectif Initiative Mindfulness France. La Pleine conscience (Mindfulness) dans la société française : réalités et perspectives [Internet]. 2017 Dec p. 1–74. Available from: [http://www.initiativemindfulnessfrance.com/uploads/8/5/5/7/85571030/rapport\\_imf.pdf](http://www.initiativemindfulnessfrance.com/uploads/8/5/5/7/85571030/rapport_imf.pdf)
46. Le collectif Initiative Mindfulness France. La Pleine conscience (Mindfulness) dans la société française : réalités et perspectives [Internet]. 2020 Sep. Available from: [http://www.initiativemindfulnessfrance.com/uploads/8/5/5/7/85571030/rapportimf2020\\_v15sept2020.pdf](http://www.initiativemindfulnessfrance.com/uploads/8/5/5/7/85571030/rapportimf2020_v15sept2020.pdf)
47. Ministère des solidarités et de la santé. La stratégie nationale de santé 2018-2022 [Internet]. Ministère des Solidarités et de la Santé. 2017. Available from: <https://solidarites-sante.gouv.fr/systeme-de-sante-et-medico-social/strategie-nationale-de-sante/article/la-strategie-nationale-de-sante-2018-2022>
48. Comité stratégique de la santé mentale et de la psychiatrie. Feuille de route - Santé mentale et psychiatrie [Internet]. Ministère des Solidarités et de la Santé. 2018. Available from: <https://solidarites-sante.gouv.fr/actualites/presse/dossiers-de-presse/article/feuille-de-route-sante-mentale-et-psychiatrie-jeudi-28-juin-2018>
49. Ministère des solidarités et de la santé. Interventions basées sur la pleine conscience, sciences, santé et société : lever les doutes, ouvrir des perspectives [Internet]. Ministère des Solidarités et de la Santé. 2019 [cited 2019 Dec 5]. Available from: <https://solidarites-sante.gouv.fr/actualites/evenements/article/interventions-basees-sur-la-pleine-conscience-sciences-sante-et-societe-lever>