

# DES PROFESSIONNELS EN SANTÉ EN BONNE SANTÉ GRÂCE AUX PRATIQUES PSYCHOCORPORELLES

## INTERVENANTE

### Pascale Wanquet-Thibault

- Cadre supérieur de santé.
- Responsable de formation continue.
- Co-responsable du Diplôme Interuniversitaire de Pratiques Psychocorporelles (Paris XI).
- Co-auteur de l'ouvrage « Hypnose et pratique paramédicale : optimiser sa clinique, améliorer sa communication et prendre soin de soi ».
- Rédactrice en chef d'Objectif Soins et Management.

Mail : [pthibault@amae-sante.fr](mailto:pthibault@amae-sante.fr) ou [pascalethibault@initiatives.sante.fr](mailto:pascalethibault@initiatives.sante.fr)

## CONTENU DE L'ATELIER

- Identification des pratiques psychocorporelles : elles sont nombreuses et leurs approches sont multiples, permettant à chacun de trouver celle(s) qui lui convien(en)t. L'atelier doit favoriser la compréhension des mécanismes mis en jeu lors de la pratique et permettre la découverte d'exercices simples aisément utilisables au quotidien.
- Compréhension des mécanismes de fonctionnement entre le mental, les émotions et le corps.
- Connaissance des critères de choix d'une pratique adaptée.
- Réflexion sur les situations cliniques et l'intégration des exercices reproductibles rapidement par les professionnels dans le quotidien : « quand ils sont nécessaires ».

## OBJECTIFS

Permettre aux professionnels en santé d'intégrer rapidement dans leur exercice professionnel quotidien, des exercices issus des pratiques psychocorporelles, rapides dans leur mise en œuvre comme dans leurs effets.

## BÉNÉFICES ATTENDUS

Ces exercices permettent de prévenir le stress, gérer la fatigue, améliorer la communication avec le patient et son entourage comme au sein de l'équipe, et donc de limiter les risques de dyscommunication, premier facteur d'épuisement professionnel.