

PS 28 - Stress et burn-out : prévention et accompagnement en psychomotricité

Pré-requis : Cette formation s'adresse à tous les professionnels inscrits au Répertoire Partagé des Professionnels intervenant dans le système de Santé - RPPS

Dates :

Du 19 au 20 novembre 2026

2 jours - 14 heures

PRÉVENTION / RÉSILIENCE /
SANTÉ MENTALE

Le stress fait partie de la vie professionnelle. Lorsqu'il devient chronique et mal géré, il peut conduire à l'épuisement professionnel, appelé burn-out, reconnu par l'OMS dans la CIM-11 comme un syndrome lié au travail. Le stress et le burn-out ne surviennent pas par hasard : ils apparaissent dans un contexte précis, en lien avec les conditions de travail.

Agir en prévention permet de réduire les risques psychosociaux, de favoriser la qualité de vie et des conditions de travail et d'éviter que la souffrance ne s'installe durablement.

Le psychomotricien est acteur dans cette prévention, dans la détection précoce du stress et de l'épuisement professionnel, ainsi que dans leur prise en soin par des approches psychocorporelles, comme recommandé par l'HAS depuis 2017. Il s'inscrit dans le parcours de soin en collaboration avec d'autres professionnels de santé.

Référente handicap :

Les personnes en situation d'handicap seront accompagnées par Séverine BEKIER
sbekier@isrp.fr

Modalités et délai d'accès :

se reporter au catalogue des formations

Contacts :

01 58 17 18 63
01 58 17 18 58
formationcontinue@isrp.fr
www.dpc.isrp.fr

MÉTHODES MOBILISÉES & CONTENU

Étape cognitive pour acquisition et perfectionnement des connaissances théoriques par exposés interactifs :

- Les mécanismes du stress,
- La symptomatologie psychomotrice du stress et du burn out,
- Mettre en place des actions de prévention et accompagner une démarche de qualité de vie et des conditions de travail,
- Détecter les premiers signes de souffrance au travail,
- La prise en soin psychomotrice.

Mise en situation pratique d'entraînement par des méthodes psychomotrices :

- Techniques de gestion du stress ; relaxation, respiration,
- Techniques d'expression psycho-corporelles,
- Exercices adaptés pour le lieu de travail.

Applications thérapeutiques et modalités de mise en œuvre clinique :

- Mise en situation,
- Analyse de cas clinique,
- Partage expérientiel.

Bibliographie internationale récente

OBJECTIFS - COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Repérer les signes du stress et du burn-out et identifier les manifestations psychomotrices associées.
- Comprendre les mécanismes du burn-out et ses impacts sur l'identité et le fonctionnement global de la personne.
- Réagir face aux signaux d'alerte et proposer une orientation ou une prise en soin adaptée.
- Initier des actions de prévention, que ce soit en individuel ou dans une démarche institutionnelle.
- Intégrer ces enjeux dans une démarche de qualité de vie au travail.

Plus de détails concernant les objectifs, les méthodes pédagogiques et leur progression, seront transmis dans le planning détaillé.

TARIFS

Prise en charge employeur ou FIFPL : **580€**

Prise en charge personnelle : **487€**

Tuteur d'alternance ou maître de stage d'un étudiant ISRP pendant l'année universitaire en cours & Prise en charge employeur ou FIFPL : **290€**

Tuteur d'alternance ou maître de stage d'un étudiant ISRP pendant l'année universitaire en cours & Prise en charge personnelle : **174€**

Ancien étudiant ISRP (tarif applicable uniquement dans le cas d'une prise en charge personnelle) : **377€**

Intervenants :

Margot BARBET,
psychomotricienne DE, TE/MIP
Coordinatrice de la formation

Natacha GRANDEMANGE,
ergonome et psychologue du travail



MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'auto-évaluation des connaissances et des compétences acquises se fait par comparaison des réponses à deux questionnaires remplis au début et à la fin de la formation.

SATISFACTION

Satisfaction moyenne du stage en 2024 : **90%**

Épuisement professionnel

Séquelles
psychomotrices

Santé au travail,
qualité de vie et des
conditions de travail

Risques
psycho-sociaux

Repérage & prévention