

Acquérir les compétences de base du Secourisme en Santé Mentale

Détecter la souffrance au travail et assurer une écoute de premier niveau

Référence : RPS02



2 jours



Intra-entreprise :
2 400 € HT/session



Managers, SST, RRH,
Représentants du
personnel,
Médecin/Infirmier du
travail, sur la base du
volontariat

Pré-requis

Aucun

OBJECTIFS

- ➔ Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de la santé mentale
- ➔ Connaître les missions du Secouriste Mental
- ➔ Savoir repérer les signes de souffrance psychique et accueillir une personne en souffrance, lui assurer une écoute active et l'orienter
- ➔ Se préserver en limitant la contagion émotionnelle

PROGRAMME

- 1. Les troubles de la santé mentale**
 - Les grandes lignes de la classification des pathologies mentales
 - Les urgences en santé mentale : crise d'anxiété aiguë, états délirants, agitation aiguë, états confusionnels, crise suicidaire
- 2. Connaître la mission du Secouriste Mental® et ses limites**
 - Les enjeux et les missions
 - Les limites à ne pas dépasser
- 3. Identifier les indicateurs de la souffrance au travail et savoir agir**
 - Les bases en matière de risques psychosociaux (risques, effets et symptômes) et le rôle du soutien social
 - Les signaux forts et les signaux faibles de la souffrance au travail (dépression, burn out, stress post-traumatique...)
- 4. Mettre en œuvre les techniques d'entretien ou premiers secours en santé mentale**
 - L'initiation du contact
 - L'écoute active
 - Le comportement non verbal
 - La conclusion de l'entretien
 - Les principes de base de la psychologie positive appliqués à l'écoute de premier niveau
- 5. Savoir se protéger du stress vicariant**
 - La prévention de la contagion émotionnelle
 - Les différentes formes d'empathie
 - La gestion du stress et des émotions



Formation animée par
Isabelle Hornecker
Caroline Roeser



Pédagogie basée sur
l'alternance d'exercices
pratiques et d'apports
théoriques