

Acquérir les compétences de base du Secourisme Mental®

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

Référence : RPS03



2 jours



Intra-entreprise :
2 400 € HT/session



Tout public

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
- 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

Pré-requis

Volontariat



Formation animée par
Isabelle Hornecker,
psychologue du travail
Caroline Roeser,
psychiatre



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

Pour une étude personnalisée de votre besoin en formation, contacter Isabelle Hornecker : 06 43 59 65 44 – ihornecker@ethica-rh.fr