



## Troubles psychiques : repérer et accompagner les salariés en souffrance

### ► Modalités de la formation

<b>Durée</b>	7 h (1 journée)	<b>Public ciblé</b>	Salariés volontaires pouvant être confrontés à ces situations : RH, SST, chef d'équipe, manager...
<b>Nb de participants</b>	De 4 à 8 personnes	<b>Prérequis exigé</b>	Aucun
<b>Lieu (fourni par l'entreprise)</b>	Une salle de réunion aux normes en vigueur	<b>Matériel à prévoir</b>	Écran de projection + paper board Bloc-note et stylo
Prise en compte du besoin spécifique des handicapés dans l'organisation de la formation (pauses, horaires, salle), sur demande auprès du référent handicap selon les possibilités.		<b>Tarifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1000€ (<i>hors frais de déplacement, d'hôtel et de bouche si cela est nécessaire</i>) pour 8 pers. en intra-entreprise.</li> <li>• tarif inter-entreprises : 160 € / pers.</li> </ul>

### Intervenantes et référentes pédagogiques :

- Pauline Jourdan, Master 2 « Activité et Santé », expérience de 13 ans en tant que formatrice SST et prévention des TMS. Formée sur le harcèlement sexuel au travail et aux Premiers Secours en Santé Mentale.
- Marion Matter, Master 2 en communication, SST depuis 20 ans et formatrice interne en entreprise depuis 22 ans. Formée sur le harcèlement sexuel au travail et aux Premiers Secours en Santé Mentale.

### ► Objectif de la formation

- Comprendre les notions de "Santé Mentale" et "Troubles Psychiques"
- Comprendre les enjeux et les impacts pour les salariés et pour l'entreprise
- Détecter les signes d'un salarié souffrant de troubles anxieux ou dépressifs
- Développer l'écoute active pour instaurer le dialogue et initier l'accompagnement
- Savoir prendre en charge un salarié en situation de crise

### ► Finalité recherchée

Permettre aux personnes formées de mieux comprendre les personnes souffrant de troubles anxieux ou dépressifs et savoir comment les accompagner et agir en prévention.

### ► Contenu de la formation

- Présentation de la formation et tour de table pour collecter les attentes de chacun.
- Introduction : Santé mentale des salariés, constats et chiffres. Exposé oral avec support power point.
- Brainstorming sur les troubles psychiques : chaque participant est invité à donner tous les mots qu'il associe au terme "trouble psychique".
- Visionnage du film PsyCom, Le Cosmos Mental® et définition des concepts-clés de "santé mentale" et "troubles psychiques".
- Enjeux et conséquences des troubles psychiques pour les salariés et les entreprises.
- Présentation d'une procédure interne de prise en charge des salariés en détresse psychique.
- Troubles dépressifs : signes précurseurs, facteurs de risques, prise en charge et soutien.
- Troubles anxieux : signes précurseurs, facteurs de risques, prise en charge et soutien.



- Burn-out : signes précurseurs, facteurs de risques, prise en charge et soutien.
- Jeu de rôle : pratiquer l'écoute active bienveillante et sans jugement pour recueillir la parole du salarié en souffrance.
- Débriefing en fin de journée qui permet de recueillir les impressions des stagiaires sur la journée, de répondre aux éventuelles questions.

## ► Documents fournis durant la formation

Fichiers informatiques sur clé USB avec les notions clés et les outils permettant aux personnes formées d'établir un plan d'accompagnement des salariés dans le besoin.

## ► Évaluation de la formation

- Une évaluation diagnostique à rendre au début de la formation sur des connaissances théoriques et sur les problématiques individuelles.
- Un questionnaire oral en fin de formation permet de s'assurer que tous les stagiaires ont compris les concepts expliqués et comment les mettre en œuvre dans leur entreprise.
- Un questionnaire d'évaluation de la formation (qualité, contenu, résultat) complété par les stagiaires en fin de formation.

## ► Efficacité de la formation

Cette formation peut être complétée par celle sur les Risques Psychosociaux afin de mettre en place une politique de prévention adaptée à votre entreprise.