

Programme de Formation

Prestation : Introduction à la santé mentale

Organisation

Durée : 1 heure

Mode d'organisation : Mixte

Contenu pédagogique

Public visé

Tout public (salariés, agents publics, managers, membres du CODIR, RH, élus du « CSE »)

Objectifs pédagogiques

Sensibiliser de manière générale à la santé mentale
Définir la «santé mentale» et ses différentes dimensions
Mettre en avant les signes qui peuvent alerter d'une santé mentale dégradée
Proposer quelques ressources qui peuvent aider

Description

Nos représentations sur la santé mentale

Définitions de la santé mentale

Les déterminants de la santé mentale

Les signes de mal-être repérables
Les gestes à adopter pour aider
Les ressources disponibles

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques, associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participants à co-construire avec l'intervenant la dynamique du processus pédagogique.
- Une analyse des pratiques professionnelles : elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences.

Moyens et supports pédagogiques

Nos supports pédagogiques reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, méthodologiques, etc.).

Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire individuel de satisfaction.

