Programme de Formation

ADF - Introduction à la Santé Mentale – demi-journée

Organisation

Durée : 3 heures et 30 minutes

Mode d'organisation : Mixte

Contenu pédagogique

Public visé

Tout public

Objectifs pédagogiques

Transformer ses représentations et idées reçues au sujet de la santé mentale,

Identifier les déterminants de la santé mentale,

Reconnaître les indicateurs permettant d'identifier quand quelqu'un va moins bien,

Utiliser des « notions clés » pour aider.

Description

Comprendre

La santé mentale :

- Les idées reçues sur la santé mentale
- Définition de la santé mentale : OMS et continuum
- Les déterminants de la santé mentale : individuels, sociaux/économiques, sociétaux

Les troubles psychiques :

- Définition d'un trouble psychique
- La notion de rétablissement
- Le double continuum santé mentale/trouble psychique
- Les facteurs de risques

Etat des lieux :

- Les chiffres de la santé mentale en France et en Europe
- La santé mentale en entreprise/chez les jeunes/étudiants… (en fonction de la demande)

Agir

Signes :

- Les changements de comportement au travail, au domicile…
- Les changements relationnels
- Les signes physiques/physiologiques qui peuvent orienter

En parler :

- Comment aborder son prochain ?
- Comment adapter son attitude, ses mots… ?
- Revenir sur la stigmatisation des problèmes de santé mentale
- Acquérir quelques pistes d'intervention et lever les freins

Pistes et ressources :

- Identifier les numéros d'urgences disponible sur le territoire autour de la santé mentale
- Repérer les espaces ressources (sites internet, brochures, vidéos...)

Prérequis

Aucun

Pour les sessions en distanciel : nécessité d'avoir un ordinateur avec webcam, écouteurs et micro (1 par participant)
Connexion internet stable et suffisamment performante

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 : basée sur l'étude de cas et situations cliniques, 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 en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la sensibilisation.
- Évaluation des acquis en fin de sensibilisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.