Programme de Formation

Prestation : Introduction à la santé mentale - Mobile learning

Organisation

Durée : 1 heure et 30 minutes

Mode d'organisation : À distance

Contenu pédagogique

Public visé

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

Objectifs pédagogiques

Définir la santé mentale et ses différentes dimensions

Expliquer la notion de trouble psychique et identifier les signes associés

Identifier les facteurs de risque et facteurs de protection

Avoir des clés pour aider et savoir s'apuyer sur les bonnes ressources

Description

Le parcours de cette formation s'articule autour des 5 capsules présentées ci-dessous.

Introduction à la santé mentale :

- La santé mentale ?
- Quelques chiffres.
- Continuum.

Les déterminants de la santé mentale :

- Facteurs personnels.
- Facteurs sociaux.
- Facteurs globaux.

Les signes de mal-être repérables :

- De quoi parte-t-on ?
- Comportements et manifestations.

Quels gestes pour aider ?

- Descriptions des gestes.
- Et si la personne refuse ?

Quelles ressources ?

- Qui contacter ?
- Les numéros en santé mentale.

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.