

## ASMT // AGIR EN SANTE MENTALE AU TRAVAIL

### PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne intervenant dans le cadre du travail (pas de particuliers)  
Salariés volontaires, managers, infirmiers en santé au travail, IPRP, HSE, préventeurs...  
**Prérequis** : Aucun, cependant le stagiaire doit parler et comprendre le français.

Nous adaptons nos prestations à chaque stagiaire, quelles que soient vos difficultés ou les situations de handicap que vous rencontrez. Merci de nous contacter en amont.

### OBJECTIFS

Devenir référent en santé mentale.  
Questionner ses représentations sur la santé mentale  
Apprendre à repérer les différents troubles et les signes de souffrance  
Identifier ce qui relève du travail (RPS)  
Accompagner une personne souffrant de troubles mentaux  
Intervenir en situation de vulnérabilité au travail  
Orienter, selon le cas, vers les professionnels

Même si les référents sont les premiers interlocuteurs de leurs collègues, Il s'agit d'un maillon de la chaîne comme le serait un Sauveteur Secouriste du Travail : les personnes qui interviennent ensuite doivent être des professionnels, spécialistes de la santé mentale.

### DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

La formation est basée sur la pédagogie active qui place le stagiaire au cœur du processus d'apprentissage :

Analyse des pratiques, retours d'expériences  
Exercices réflexifs  
Résolution de problèmes  
Apport de connaissances  
Études de cas et mises en pratique

### CONTENU DE LA FORMATION

#### 1. Introduction à la santé mentale

Définition de la santé mentale (Différence psychose/névrose)  
Importance de la santé mentale au travail (intégration des RPS)  
Impact des troubles mentaux sur la performance au travail

#### 2. Les troubles mentaux

Les troubles de l'humeur (épisode dépressif, anxiété), de la pensée (schizophrénie, bipolarité), de la personnalité,  
Les troubles obsessionnels compulsifs  
Les troubles alimentaires,  
L'état de stress post-traumatiques,  
Le stress chronique, épuisement professionnel, etc.  
Les conduites addictives  
La crise suicidaire

#### 3. les signes de souffrance

Signes comportementaux, relationnels, physiques, cognitifs, émotionnels

#### 4. L'accompagnement d'un salarié/collaborateur

La posture de référent en santé mentale au travail  
L'accompagnement au quotidien  
L'inclusion, la compréhension, le soutien collectif, l'aménagement de poste  
Intervention en situation de crise  
L'entretien avec mise en situation

### VALIDATION DE LA FORMATION

Une attestation individuelle de formation sera délivrée au candidat ayant participé à l'ensemble de la formation et ayant satisfait aux tests pédagogiques.



#### Mode d'organisation

Mixte

**INTER** : groupe composé de plusieurs participants d'entreprises différentes.  
Consulter les dates et lieux dans notre catalogue.



#### Durée

14 heures



#### Nombre de participants

Minimum : 6

Maximum : 12



#### Supports et documentation

Supports remis pendant la formation.  
Documents à consulter et/ou télécharger via votre Extranet DENDREO (accès fourni à l'inscription).



#### Sur demande :

**INTRA** : groupe composé exclusivement de vos collaborateurs.

Nous planifions selon vos besoins dans vos locaux. Nous consulter

**Mutualisation** : Vous pouvez créer un groupe entre plusieurs établissements et revenir vers nous pour la programmer.

\*Le programme de ce stage pourra être modifié en fonction de l'actualité législative et réglementaire.

