



FORMATION SANTÉ MENTALE MODULE 3 : DÉTECTER UNE PERSONNE EN DÉTRESSE OU EN SITUATION DE MAL-ÊTRE



OBJECTIFS PROFESSIONNELS

Développer une posture professionnelle permettant de repérer les premiers signes de mal-être, d'écouter avec justesse et de réagir de manière adaptée afin de contribuer à la prévention des risques psychosociaux au sein de la structure.

OBJECTIFS

- **Identifier les signaux précoces de mal-être** chez un usager ou une collègue.
- **Distinguer les faits observables et les interprétations.**
- **Adopter une posture d'écoute** professionnelle et sécurisante.
- **Savoir réagir de manière adaptée** et transmettre l'information.
- **Contribuer à la prévention des risques psychosociaux** au sein de la structure.



4 à 12
participants



3h
de formation



Tarif
Sur devis

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Approche active et réflexive :

- Analyse de situations vécues en lien avec l'usure émotionnelle
- Temps de réflexion individuelle guidée
- Échanges en sous-groupes sur les pratiques professionnelles
- Apports théoriques ciblés sur la prévention des RPS
- Exercices d'entraînement à la pose de limites
- Construction d'un plan personnel de préservation

L'apprentissage repose sur l'expérience terrain et la prise de recul professionnelle.

SUIVI ET ÉVALUATION

- Observation lors des mises en situation.
- Sur la base de feuilles d'émargement un certificat de réalisation sera transmis aux participants en fin de formation.

PROGRAMME

- Repérer les signes de mal-être chez une collègue
- Détecter les signaux d'alerte chez un usager à domicile
- Adapter sa posture professionnelle face à une personne vulnérable
- S'entraîner avec des situations terrain et des outils pratiques