

Secouriste du Travail en Santé Mentale

Programme de formation en présentiel

Présentation générale :

Cette formation permet de comprendre les enjeux de la santé mentale au travail, d'identifier les risques psychosociaux et les signes de détresse psychologique, et d'acquérir les compétences nécessaires pour intervenir de manière adaptée en situation de crise ou de mal-être. Elle développe également une posture d'écoute et d'accompagnement efficace, tout en intégrant les bonnes pratiques de préservation de son propre équilibre mental.

Objectifs

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable de :

- Identifier les facteurs et mécanismes susceptibles d'altérer la santé mentale au travail.
- Repérer les situations de crise présentant un risque immédiat pour la personne concernée ou son entourage.
- Intervenir de manière adaptée auprès d'une personne en situation de détresse psychologique ou de danger imminent.
- Détecter les signes précoces de mal-être afin de favoriser une prise en charge rapide et appropriée.
- Appliquer des techniques favorisant la préservation de son propre équilibre mental dans son activité professionnelle.

Public visé et prérequis

- **Public visé** : tout public
- **Prérequis** : Aucun prérequis

Contenu de formation

1. Comprendre la santé mentale au travail
 - Définir la santé, la santé mentale, et leur lien avec le travail.
 - Identifier les représentations sociales autour de la santé mentale
 - Comprendre la complexité du rapport au travail et ses ambivalences
 - Poser les bases d'un langage commun
 - Introduire la posture du STSM dans ce contexte
2. Identifier les risques psychosociaux (RPS) et leurs causes
 - Principes généraux de prévention, définitions réglementaires
 - La mécanique des RPS
 - Les différents types de RPS : stress, violences

3. Situer le rôle du STSM

- Cartographie des acteurs internes et externes
- Ce que fait (et ne fait pas) le STSM
- Intégration du STSM dans la chaîne de prévention et de secours
- Clarification du périmètre d'intervention

4. Repérer les signes nécessitant l'intervention du STSM

- Les signaux nécessitant de spécifier et d'orienter
- Les signaux nécessitant de secourir

5. Adopter une posture professionnelle adaptée

- Écoute active, empathie, confidentialité, non-jugement
- Éviter les dérives : posture juste et sécurisante
- Gérer ses émotions pour rester en capacité d'aider
- Le "momentum" d'intervention : choisir le bon timing.

6. Savoir quand, où et comment intervenir

Présentation du schéma d'intervention

- Spécifier et orienter
- Etape 1 : Se préparer
- Étape 2 : Rencontrer
- Etape 3 : Orienter
- Secourir : L'agitation, crise de panique, crise d'angoisse, la sidération, l'agressivité et la violence envers autrui, auto-agressivité, délires et hallucinations, la crise suicidaire, la confrontation à la mort, les victimes de violences, la personne menaçant de se jeter dans le Vide

7. Se préserver : agir sans se substituer et préserver son propre équilibre

- Techniques de defusing et d'auto-defusing
- Savoir dire non et se préserver
- Cultiver un cadre de soutien collectif

Moyens prévus

- **Moyens pédagogiques** : Apports de connaissances, études de cas et partages d'expérience, jeux de rôles en conditions sécurisées, logigrammes, fiches réflexes, outils d'entretien, travail en sous-groupes.
- **Moyens techniques** : supports écrits, salle équipée d'une télé connectée permettant la projection de diaporamas, documents, vidéos préenregistrées...
- **Moyens d'encadrement** : Formateurs habilités STSM et à jour de leur renouvellement.

Moyens permettant le suivi et la sanction de la formation

- **Suivi de l'exécution** : signature des feuilles d'émargement par demi-journée par les stagiaires et le formateur.
- **Sanction** : mises en situation et entretien verbal.

Durée, période de réalisation et modalités de déroulement

- **Durée totale de la formation** : 2 jours (14 heures)
- **Période de réalisation** : Les Lundi 8 et Mardi 9 Février 2027
- **Horaires** : 9h-12h et 13h-17h
- **Rythme** : en continu
- **Modalité de déroulement** : Présentiel en interentreprise
- **Lieu de formation** : 47 avenue du Grésillé 49000 ANGERS

Durée et modalités d'inscription :

Les participants peuvent s'inscrire dès la réception du programme de formation de Gescolia et jusqu'à 15 jours avant la date de la formation.

Accessibilité :

La formation est pour tous et pour tous les profils de stagiaires. Tout à chacun peut suivre une formation dans notre organisme. Des aménagements pédagogiques et/ou organisationnels peuvent être mis en place et une proposition personnalisée sera réalisée pour que toute demande reçoive une réponse satisfaisante. A ce titre, l'organisme de formation s'est rapproché et est en contact avec l'Agefiph du Maine et Loire.

Statistiques :

Évaluation des formations

1. Indice de satisfaction des formations réalisées chez Gescolia : **98% en 2025**
2. Indice de satisfaction sur la pédagogie (animation, supports...) : **96% en 2025**