

PROGRAMME DE FORMATION STSM - SECOURISTE DU TRAVAIL EN SANTE MENTALE



Public visé :

- Salarié d'entreprise privée ou publique

Prérequis d'accès à la formation :

- Aucun prérequis n'est nécessaire

Objectifs de la formation :

- A l'issue de la formation, les participants seront capables de :
 - Comprendre les mécaniques d'impact à la santé mentale au travail
 - Savoir intervenir rapidement face à une personne qui présente un danger immédiat pour elle-même ou pour autrui
 - Savoir intervenir de manière plus précoce auprès d'individus qui présentent des signes de mal-être avérés
 - Maîtriser les techniques de préservation de son propre équilibre mental

Durée :

- 2 jours soit 14 heures

Nombre de participants :

- Minimum 4 et maximum 10 participants par session

Modalités pédagogiques :

Apports interactifs et concrets :

- 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

Modalités d'évaluation :

- QCM et entretien verbal

Formalisation à l'issue de la formation :

- Certificat de Secouriste du Travail en Santé Mentale (STSM)

Dates et lieux de la formation :

- A définir avec l'organisme de formation

Moyens d'encadrement :

- Formateur habilité STSM et à jour de leur renouvellement.

Contenu de la 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
- 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
- Gérer ses émotions pour rester en capacité d'aider : la méthode ADP
- Posture adaptée en stratégie SO (Spécifier & Orienter)
- Posture adaptée en stratégie S (Secourir)

6. Savoir quand, où et comment intervenir

- Stratégie spécifier & orienter : les 3 scénarios après « rencontrer »
- Stratégie spécifier & orienter : les orientations possibles
- Stratégie secourir : agitation, panique, angoisse
- Stratégie secourir : sidération
- Stratégie secourir : agressivité et violence envers autrui
- Stratégie secourir : délires et hallucinations
- Stratégie secourir : propos suicidaires
- Stratégie secourir : passage à l'acte suicidaire

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

Réactualisation des connaissances

Le certificat de STSM est valable 24 mois. Avant la fin de la période de validité, le STSM doit suivre et valider une session de maintien et d'actualisation de ses compétences de STSM pour prolonger la validité de son certificat de 24 mois.