

Formations et ateliers en santé mentale



Mathieu BOULLENGER

n° d'organisme de formation 1950817295 délivré par la DRIETS Ile de France

Pourquoi se former en santé mentale dans le cadre professionnel ?

Au même titre qu'elles ont l'obligation d'identifier les risques psychosociaux et de protéger la santé physique de leurs salariés, les entreprises doivent prendre en compte leur santé mentale : **22 % des longs arrêts maladie** sont liés à des troubles psychologiques ou à une grande fatigue.

Le programme PSSM permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer vers les services les plus adaptés.

Visitez le site de **PSSM FRANCE**



**Premiers Secours
en Santé Mentale
France**

APPRENDRE À AIDER

Une méthode scientifiquement prouvée

Ce programme international développe une méthode pour apprendre à aider. **Plus de 6 millions de personnes se sont déjà formées dans le monde.**

En France, le programme se déploie depuis 2019.

Cette méthode, diffusée dans 25 pays, est prouvée scientifiquement et réactualisée depuis 20 ans.

Les nombreuses études publiées révèlent que les nouveaux secouristes se sentent plus en capacité d'assister une personne. Ils déclarent avoir effectivement dispensé des premiers secours en santé mentale et ce, dans des délais très courts.

***Un objectif ambitieux :
750 000 secouristes formés d'ici 2030 en France !
(contre 100 000 en 2024)***

Les co-fondateurs et partenaires du programme





**Formateur
accrédité**
PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

DURÉE

- 14 heures
- Formats :
 - 2 jours consécutifs ou non
 - 4 1/2 journées

PUBLIC

- Managers tous niveaux
- Fonctions supports tous postes
- Pas de pré-requis

NOMBRE DE PARTICIPANTS

- 10 minimum
- 16 maximum

MODALITÉS D'ACCÈS

- En inter ou en intra
- Présentiel uniquement
- Adaptations proposées pour les personnes en situation de handicap

Formation de secouriste

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE (PSSM) – 1/2

Vous connaissez les formations SST qui apportent une aide physique aux salariés en difficulté, découvrez la formation PSSM qui est l'équivalent en santé mentale.

ENJEUX

- Apprendre comment fournir un soutien immédiat et initial aux salariés concernés par des problèmes de santé mentale
- Tester et s'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Savoir acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Être capable de développer les compétences relationnelles permettant de venir en aide aux salariés souffrant de problèmes de santé mentale
- Savoir appréhender les différents types de crise en santé mentale
- Savoir orienter vers les solutions adéquates

MÉTHODES DISPENSÉES

- Alternance de méthodes expositives, actives, participatives et expérientielles
- Analyse de séquences vidéos, cas pratiques, exercices
- Mises en situation, quiz, questionnaires
- Apports théoriques, fondements du programme PSSM
- Une méthode « type » de plan d'action en situation
- Un manuel pour chaque stagiaire



**Formateur
accrédité**
PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Quiz initial revu en fin de formation
- Évaluation en continu avec des exercices
- Questionnaire d'évaluation

TARIFS

- Me consulter
- Réduction jusqu'à 30% de votre contribution AGEFIPH ou FIPHFP
- Non assujéti à la TVA

Mathieu BOULLENGER
mathieu@essteam-conseil.fr
06 16 41 03 78

n° d'organisme de formation 1950817295
délivré par la DRIETS Ile de France

Formation de secouriste

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ
MENTALE (PSSM) – 2/2

PROGRAMME

LES FONDAMENTAUX SCIENTIFIQUES DE LA DÉMARCHE PSSM

LES TROUBLES PSYCHIQUES :

- Facteurs de risque, statistiques
- Travail sur les représentations

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE :

- Pourquoi PSSM ?
- Le plan d'action concret de PSSM

LES TROUBLES DE SANTÉ MENTALE ÉMERGENTS :

Signes, symptômes et plan d'intervention pour les :

- Troubles dépressifs
- Troubles anxieux
- Troubles psychotiques
- Troubles liés à l'utilisation de substances
- Troubles addictifs

LES CRISES EN SANTÉ MENTALE :

Signes, symptômes et plan d'intervention pour les :

- Crises suicidaires
- Attaques de panique
- Événements traumatiques
- Crises psychotiques sévères
- Effets sévères liés à l'utilisation de substances
- Comportements agressifs

EVALUATION, REMISE DU MANUEL ET DE L'ATTESTATION PSSM



DURÉE

- 7 ou 14 heures
- Formats :
 - 1 ou 2 jours
 - Ateliers de sensibilisation (1h30)

PUBLIC

- Managers tous niveaux
- Fonctions supports tous postes
- Pas de pré-requis

NOMBRE DE PARTICIPANTS

- 8 minimum
- 16 maximum

MODALITÉS D'ACCÈS

- En inter ou en intra
- 100% présentiel, 100% distanciel ou hybride
- Adaptations proposées pour les personnes en situation de handicap

Sensibilisation aux troubles psychiques

1/2

ENJEUX

- Développer ses connaissances sur les troubles psychiques
- Analyser sa pratique professionnelle
- Etudier et mettre en situation des problématiques rencontrées
- Identifier les appuis en réseau

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Savoir faire la différence entre trouble psychique, handicap invisibles, handicap mental et trouble cognitif
- Savoir ajuster sa posture en situation de crise, d'agressivité verbale et/ou physique
- Savoir développer une posture réflexive afin de trouver des réponses concrètes et des pistes d'amélioration
- Savoir s'appuyer sur la pluridisciplinarité, trouver des appuis en interne et en externe

MÉTHODES DISPENSÉES

- Alternance de méthodes expositives, actives, participatives et expérientielles
- Alternance d'apports théoriques et mises en situation
- Brainstorming, élaboration de situations problèmes, grille d'évaluation, quiz, jeux pédagogiques, jeux de rôles
- Vidéos, diaporamas, photolangage
- Travaux en sous-groupes



MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Test d'auto-positionnement
- Suivi des apprentissages en cours de formation
- Évaluation des acquis en fin de formation

TARIFS *

- Me consulter
- Prise en charge à 100% dans le cadre des "dépenses déductibles"
- Réduction jusqu'à 30% de votre contribution AGEFIPH ou FIPHFP
- Non assujéti à la TVA

Mathieu BOULLENGER
mathieu@essteam-conseil.fr
06 16 41 03 78

n° d'organisme de formation 1950817295
délivré par la DRIEETS Ile de France

Sensibilisation aux troubles psychiques

2/2

PROGRAMME

LA SANTÉ MENTALE : REPRÉSENTATIONS ET DÉFINITIONS

LES TROUBLES PSYCHIQUES ET LA SANTÉ MENTALE :

- Troubles psychiques : anxiété, dépression, addiction, TOC, phobies, bipolarité, SSPT, TCA
- Troubles psychotiques
- Troubles de la personnalité
- Troubles cognitifs et TSA

LES MANIFESTATIONS COMPORTEMENTALES : LES IDENTIFIER, LES ACCUEILLIR

LES BASES DE LA COMMUNICATION VERBALE ET NON VERBALE :

- Le langage par les mots, ce qui est dit en face à face ou à plusieurs
- Le langage non verbal transmis par les sens, le corps, l'habillement, la posture, les mimiques, le regard

ANALYSE DE LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE :

- S'interroger, contextualiser des situations pour en faire ressortir un questionnement et des pistes d'amélioration
- Lier sa pratique à la mission d'une entreprise adaptée

IDENTIFIER LES RESSOURCES (INTERNES ET EXTERNES)

Assistance et mises en situation pour secouristes



DURÉE

- Possibilité de séances individuelles (50 mn)
- Possibilité de travail en groupe (1 ou 1/2 journée)

PUBLIC

- Managers tous niveaux
- Fonctions supports tous postes
- Pas de pré-requis

NOMBRE DE PARTICIPANTS

- 1 minimum
- 10 maximum

TARIFS *

- Me consulter

Mathieu BOULLENGER
mathieu@essteam-conseil.fr
06 16 41 03 78

n° d'organisme de formation 1950817295
délivré par la DRIETS Ile de France

Après l'une de ces formations en santé mentale, vous allez certainement rencontrer des situations professionnelles pour lesquelles vous allez vous sentir plus agile.

En position managériale, vous allez peut être également vous interroger sur les relations avec vos collègues en souffrance psychique et sur l'ajustement de votre posture.

ENJEUX

- Analyser sa pratique professionnelle
- Etudier et mettre en situation des problématiques rencontrées
- Approfondir ses connaissances théoriques

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Personnalisés et en fonction des attentes / demandes des participants

MÉTHODES DISPENSÉES

- Mise en situation, jeux de rôle
- Alternance de méthodes expositives, actives, participatives et expérientielles
- Alternance d'apports théoriques et mises en situation
- Brainstorming, élaboration de situations problèmes,

Récapitulatif des différents formats

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

- 14 heures
- 2 jours consécutifs
- 2 jours non consécutifs
- 4 demi journées
- Présentiel uniquement



SENSIBILISATION AUX TROUBLES PSYCHIQUES

- 7 ou 14 heures
- 1 journée
- 2 jours consécutifs
- 2 jours non consécutifs
- 2 ou 4 demi journées
- Présentiel ou distanciel



ATELIER DE SENSIBILISATION HANDICAP / TROUBLES PSYCHIQUES

- 1h30
- 1/2 journée
- Présentiel ou distanciel



Prise en charge du financement par votre OPCO

Etant adhérent de Business + Formation,
mes formations peuvent être prises en
charge par votre OPCO dans le cadre de
votre budget formation.

Business + Formation
La communauté de formateurs

Qualiopi 
processus certifié

 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Visitez le site de la communauté Business + Formation :

bplusformation.com

Qui suis-je ?



J'ai créé et dirigé des entreprises sociales dans l'insertion par l'activité économique et le secteur du handicap pendant plus de 15 ans.

J'ai compté plus de 300 collaborateurs avec le souci permanent de placer l'humain au cœur de mes préoccupations.

A cette occasion, j'ai animé plusieurs formations et conférences sur des thèmes variés : égalité femmes / hommes, management, organisation et gestion du temps, ...

Je suis également Gestalt Praticien et je partage aujourd'hui mon temps entre la pratique de la psychothérapie en libéral, mon activité de formateur en santé mentale et le conseil sur les sujets en lien avec l'économie sociale et solidaire (ESS).

Toutes mes références : <https://essteam-conseil.fr/realisations/>



Réduction de votre contribution handicap

J'ai le statut de travailleur indépendant handicapé (TIH).

Ce statut est intégré à la sous-traitance handicap au même titre que les EA et les ESAT.

En me confiant la formation de vos collaborateurs, vous bénéficiez ainsi d'une exonération, pouvant aller jusqu'à 30% du montant facturé, sur votre contribution AGEFIPH ou FIPHFP.



Plus d'information sur le statut de TIH :

essteam-conseil.fr/statut-tih/

Ils font confiance à ESS'TEAM



Réseaux et partenaires



CONTACT



Parlons-en



essteam



Mathieu BOULLENGER



06 16 41 03 78

mathieu@essteam-conseil.fr

n° d'organisme de formation 1950817295 délivré par la DRIEETS Ile de France