



FICHE PRODUIT

Premiers Secours en Santé Mentale

Les problèmes mentaux chez les travailleurs, tels que le burn-out, l'anxiété ou la dépression, sont une cause importante d'absences au sein d'une organisation, en partie parce qu'ils sont souvent difficiles à détecter ou qu'ils le sont trop tard. En effet, les supérieurs hiérarchiques n'ont souvent pas les connaissances et l'expérience nécessaires pour reconnaître les symptômes ou pour réagir correctement face à de telles situations. Avec la formation « Premiers Secours en Santé Mentale », les supérieurs hiérarchiques apprennent des techniques qui leur permettront de reconnaître d'éventuels problèmes mentaux chez les collaborateurs, de soutenir ces travailleurs ou de contribuer à leur réintégration après une longue absence.

VERSION PSY-70-v18-1

Pourquoi ?

A l'heure actuelle, environ 1 % de la population active en Belgique souffre de burn-out, environ 5 % ont des troubles anxieux et 7 % sont en dépression. Le nombre de malades mentaux augmente de 10% par an et l'Organisation mondiale de la Santé considère les troubles mentaux comme la maladie de ce siècle. Si aucune mesure n'est prise à temps, les collaborateurs peuvent s'absenter en raison de l'une des maladies susmentionnées. Un certain nombre de mesures simples peuvent cependant être prises pour réagir de manière appropriée.

Pour qui ?

Cette formation est destinée aux supérieurs hiérarchiques, aux responsables RH et au management d'une organisation.

Comment ?

La formation est une combinaison de présentations courtes, de jeux de rôles et de simulations. Les participants peuvent élargir et affiner leurs compétences et leurs points de vue concernant :

- les problèmes de santé mentale auxquels les collaborateurs peuvent être confrontés, tels que les problèmes d'ordre privé graves, l'anxiété, la dépression, les crises d'angoisse, le stress, le burn-out ...

- la mise en place d'un accueil et d'un soutien rapide et approprié pour éviter que la situation ne s'aggrave, ce qui pourrait déboucher sur un absentéisme (de longue durée).

Les jeux de rôles et les simulations sont mis en scène de manière aussi réaliste que possible grâce à la présence d'un acteur / d'une actrice. Les participants apprennent ainsi à maîtriser des techniques et des outils pour :

- écouter sans préjugés et rassurer les collaborateurs ;
- prendre des mesures préventives pour la détection précoce des problèmes mentaux ;
- encourager les collaborateurs à rechercher une aide appropriée et professionnelle, et des stratégies d'auto-assistance ;
- réintégrer avec succès un collaborateur absent de longue durée.

Une présentation peut également être donnée à tous les collaborateurs de l'organisation pour les sensibiliser aux soins de santé mentale.

Résultat

- Vous réduisez les risques d'absentéisme dus à des problèmes de santé mentale;
- Votre organisation anticipe une tendance sociale importante. Cela montre qu'en tant qu'organisation, vous vous préoccupez du bien-être mental de vos collaborateurs, ce qui a une influence positive sur votre image;
- En raison de l'approche très pratique de la formation, vos supérieurs hiérarchiques sont mieux armés pour reconnaître et encadrer les problèmes psychologiques;
- Au cours de la formation, des points d'amélioration possibles au sein de l'organisation sont souvent identifiés au niveau des procédures. La formation vous permet de travailler sur ces points et de développer ainsi davantage la politique de bien-être.

En pratique

La formation peut être suivie par un maximum de 15 personnes par séance. Elle dure un jour.

Plus d'info ?

N'hésitez pas à contacter le département Aspects Psychosociaux par téléphone au 02/549.70.22 ou par e-mail à l'adresse aspects-psychosociaux@mensura.be pour de plus amples informations ou une offre de prix.