

Programme de la formation

Comprendre la santé mentale

Cette formation sur la santé mentale propose une actualisation ou réactualisation des connaissances sur la santé mentale afin de comprendre quelqu'un qui serait atteint d'un trouble psychique. Les prémices de l'émergence d'un trouble, sa détérioration et la phase de crise sont abordés dans le but d'apprendre à savoir proposer son aide à la personne dans cette situation.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, posture rassurante, donner des informations adaptées
- Mieux faire face aux comportements d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale
- Mieux connaître le système de santé

ÉLÉMENTS FORTS

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale

CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

DEMI-JOURNÉE 1

Session 1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions

- La santé mentale, qu'est-ce qu'un trouble psychique
- Santé mentale en Suisse (facteurs de risque – statistiques – conséquences)

Session 1.2 – Interventions et système de santé

- Interventions efficaces et système de santé
- Présentation de la dépression
 - > Signes et symptômes
 - > Interventions

DEMI-JOURNÉE 2

Session 2.1 – La dépression

- Rappel de la dépression
- Comment approcher quelqu'un atteint de dépression
- Crise suicidaire : Présentation - Assister

Session 2.2 – Les troubles anxieux

- Présentation des troubles anxieux

> Signes et symptômes

> Interventions

DEMI-JOURNÉE 3

Session 3.1 - Les troubles anxieux

- Rappel des troubles anxieux
 - Les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique
- > Comment approcher quelqu'un atteint de troubles anxieux (hors crise)
- > Crise d'attaque de panique : Présentation - Assister
- > Crise après un événement traumatique : Présentation - Assister

Session 3.2 – Les troubles psychotiques

- Les troubles anxieux (suite)
- Présentation des troubles psychotiques

> Signes et symptômes

> Interventions

DEMI-JOURNÉE 4

Session 4.1 – Les troubles psychotiques

- Rappel des troubles psychotiques
- Comment approcher quelqu'un atteint de troubles psychotiques
- Crise psychotique sévère : Présentation - Assister
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite)

Session 4.2 – L'utilisation des substances

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
- > Signes, symptômes

> Interventions

- Comment approcher quelqu'un atteint d'un trouble lié à l'utilisation de substances
- Crise liée à l'utilisation de substances
- Crise d'agressivité
- Urgence médicale
- l'utilisation des substances (hors crise)

Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...)

CONDITIONS

- À partir de 18 ans
- Pas de prérequis particulier
- Durée : 14h (2 journées)