Formation aux premiers secours psychologiques dans la fonction publique

Une formation conçue pour transmettre les compétences, les outils et les postures aux secouristes en santé mentale de la fonction publique.

Durée de la formation :	14 heures effectives - 2 jours
Modalités :	Présentiel ou à distance
Destinataires :	Secouristes en santé mentale dans les établissements de la fonction publique

Objectifs et prérequis :

Les objectifs de la formation :

Connaitre et comprendre :

- Les enjeux de santé mentale au travail dans la fonction publique
- Les troubles psychiques les plus fréquents et leurs manifestations aigues
- Le rôle et les limites du secouriste en santé mentale dans un établissement de la fonction publique

Savoir :

- Agir à chaud face à des manifestations de souffrance psychique et préconiser des conduites à tenir à l'entourage proche
- Aller au devant d'une personne en situation de souffrance psychique pour la soutenir et la prendre en charge
- Conduire un entretien d'écoute et d'orientation
- Connaître les dispositifs et les relais internes et savoir les mobiliser

Prérequis : aucun

Programme détaillé :

Comprendre les enjeux :

- Les données clés de la santé mentale au travail et dans la fonction publique
- Retours sur expériences : pourquoi ce rôle de secouriste en santé mentale ?
- Approche clinique générale des troubles psychiques : approfondissement

Bases cliniques :

- Qu'est-ce qu'être en bonne santé mentale ? Et à partir de quand ne l'est on plus ?
- Du trouble à la pathologie chronique : différencier les nuances et les concepts pour décrire la santé mentale
- Bases du diagnostic en santé mentale : introduction à la notion de diagnostic différentiel
- Limites et éléments d'incertitude au regard de l'état des connaissances

Les principaux troubles mineurs associés au travail et leurs conséquences :

- Stress chronique
- Précurseurs de l'épuisement professionnel et besoin de récupération
- Troubles du comportement : retrait, cynisme, agressivité, etc.
- Les situations de détresse issues d'évènements brutaux (agression, accident, etc.) : état de choc, désorientation, etc.

Les principales familles de troubles psychiques, leurs manifestations et leurs conséquences individuelles et collectives les plus fréquentes :

- Les syndromes dépressifs et anxio-dépressifs
- Les troubles bipolaires
- Les psychoses, avec un focus sur la schizophrénie
- Les troubles du comportement avec un focus sur les TOC
- Les troubles de la personnalité
- Le syndrome de stress post-traumatique
- Cas particulier des conduites addictives
- Cas particuliers des troubles issus de pathologies cognitives ou corrélés à des maladies invalidantes

Rôle et limites du secouriste en santé mentale dans la fonction publique :

- La circulaire du 23 février 2022
- Les principales missions
- Les limites et écueils à éviter

Agir à chaud face à des manifestations de souffrance psychique et préconiser des conduites à tenir à l'entourage proche :

- Recueillir une demande issue d'un tiers et analyser la situation à l'aide de la grille d'analyse de la situation
- Analyser et qualifier la situation pour décider rapidement si elle relève de son champ d'action et agir en conséquence
- Etudes de cas pratiques et mise en situation

Aller au devant d'une personne en situation de souffrance psychique pour la soutenir et la prendre en charge : identifier son champ d'action et ses marges de manœuvre à partir de la check-liste :

- Les conduites de premiers secours dans les cas de figure où l'écoute n'es pas possible / recommandée (désorientation, personne délirante, personne en grande détresse, etc.)
- Les conduites de premiers secours dans les cas de figure où la personne peut être écoutée

Conduire un entretien d'écoute et d'orientation :

- Découverte du guide d'entretien
- Les étapes de l'entretien et la méthode d'entretien
- Quelles erreurs ne pas commettre en entretien
- Initier l'entretien : écouter tout en posant un cadre déontologique
- La posture d'écoute bienveillante : soutenir et faire preuve d'empathie et se préservant et en gardant la bonne distance
- Expression du soutien : quelles paroles pour rassurer et soutenir
- Dans certains cas bien spécifiques : utiliser des petits tests simplifiés comme base de dialogue pour permettre à la personne de prendre conscience de sa situation

- Expliquer ce qui peut être fait à court-terme et moyen-terme
- Orientation et modalités de finalisation de l'entretien
- Mise en situation

Les actions immédiates à l'issue d'une intervention :

- Activation des relais internes : quelles informations transmettre à qui ? Sous quelle forme ?
- Quel discours tenir auprès des collègues proches / témoins d'un incident ? Quelles mesures de soutien et informations leur apporter ?

Suites de l'entretien : orientation vers les relais adéquats :

- Les dispositifs et les relais internes et externes au sein des établissements publics
- Modalités d'orientation en fonction des situations

Se préserver et gérer la charge émotionnelle issue des interventions

- Comprendre les conséquences potentielles de l'exposition à la souffrance et à la détresse, le mécanisme des exigences émotionnelles
- Préserver sa propre santé mentale : pratiques préventives à court-terme après une intervention et à long-terme
- Partager la charge émotionnelle, travailler en réseau et partager avec ses pairs et homologues

Feuille de route : projection sur la transposition des acquis de la formation dans les pratiques

Formateurs et pédagogie :

Méthodes pédagogiques :

- Apports théoriques
- Découverte et appropriation de la boîte à outils : grille d'analyse de la situation, check-liste, grille d'entretien, tests simplifiés, compte-rendu d'intervention, etc.
- Etudes de cas pratiques sur table et en vidéo (cas cliniques, signalements, etc.)
- Mises en situation : demandes d'intervention, entretiens, suites à donner, etc.
- Eléments de veille : médias en ligne, articles, podcasts, etc.
- Brainstorming

Ressources et outils :

Les livrables :

- Support pédagogique enrichi et études de cas
- Guide du secouriste en santé mentale dans la fonction publique
- Boîte à outils : Grille d'analyse de la situation, Check-liste, Grille d'entretien et d'orientation, Tests simplifiés, Fiche de liaison, etc.
- Bibliographie et revue d'articles
- Annuaire des acteurs internes

Évaluation des acquis :

- En entrée en formation : état des pratiques et quizz d'auto-positionnement
- Pendant la formation : à travers les éléments produits en ateliers et travaux de groupes
- A la fin de la formation : feuille de route individuelle