



Programme officiel de la formation de Secouriste du Travail en Santé Mentale

Objectifs :

- 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

Programme :

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-défusing
- Savoir dire non et se préserver
- Cultiver un cadre de soutien collectif

Prérequis :

Aucun prérequis n'est nécessaire.

Intervenant et moyens d'encadrement :

Formateurs habilités STSM et à jour de leur renouvellement.

Modalités d'évaluation :

QCM et entretien verbal.

Informations complémentaires :

Livret STSM et carte de reconnaissance STSM valable 2 ans.

Moyens techniques et pédagogiques :

Apports interactifs et concrets :





Comité Technique



- 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

