

Référent Santé Mentale au Travail

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Comprendre les fondamentaux de la santé mentale au travail et les enjeux pour l'organisation.
- Adopter une posture professionnelle, non thérapeutique, centrée sur l'écoute, le repérage et l'orientation santé mentale.
- Accueillir une situation sensible, sécuriser la personne et mobiliser les ressources adaptées.
- Contribuer à la démarche globale de prévention et à la feuille de route RSMT définie avec la direction.
- Participer à la construction d'une culture interne d'entraide, de vigilance et de prévention.

Public cible

- Collaborateurs volontaires, managers, représentants du personnel, professionnels RH / QVCT
- Pas de prérequis

Formateur

Expert en prévention des risques professionnels, santé mentale au travail, QVCT et accompagnement des organisations

Personnes en situation de handicap

Contactez Stéphanie Olivier (Tel : 06 49 22 89 74) pour étudier ensemble les possibilités d'adaptation

Performetbien
4 rue du Capitaine Lemonnyer
50290 BREHAL
Siret : 93975178000015
NDA : 28 50 01 723 50



Contact

Stéphanie Olivier
Tel : 06 49 22 89 74
Mail : stephanie@performetbien.fr
www.performetbien.fr



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Durée de la formation

7 à 21 heures, en présentiel

Tarif intra-entreprise

A partir de 990 € hors taxes

Comment participer

En intra-entreprise :

10 participants maximum par session

Délai : 1 mois avant la prestation afin de définir la date, les modalités et la liste des participants

En inter-entreprise :

De 4 à 10 participants

Selon calendrier disponible sur demande et sous réserve d'inscription 15 jours avant le début de la session de formation.

La formation se déroulera dans les locaux choisis par le prestataire.

Modalités d'évaluation

- Evaluation diagnostique, formative, sommative (positionnement en entrée et fin de formation, évaluation orale tout au long de la formation et lors des mise en situation)
- Bilan à chaud et à froid (questionnaire google form)

Suivi de la formation

Attestation de présence à signer chaque demi-journée
Certificat de réalisation remis à l'issue de la formation

Contenu détaillé : *Référent Santé Mentale au Travail*

1. Le rôle du Référent Santé Mentale au Travail

- Positionnement, posture et limites
- Missions : écoute, repérage, orientation santé mentale, relais interne
- Articulation avec les acteurs internes et externes

2. Comprendre la santé mentale au travail

- Définition, représentations, facteurs d'influence
- Risques psychosociaux : repères clés
- Signaux faibles et situations sensibles

3. Accueillir et sécuriser une situation

- Cadre d'écoute sécurisant
- Techniques d'écoute active
- Posture professionnelle : neutralité, non-jugement, confidentialité

4. Orienter avec justesse

- Identifier les besoins de la personne
- Mobiliser les ressources internes et externes
- Alerter en cas de situation préoccupante

5. Contribuer à la prévention

- Rôle du RSMT dans la démarche globale
- Remontée d'informations
- Participation à la feuille de route

6. Mises en situation & cas pratiques

- Scénarios adaptés à votre contexte
- Débriefings collectifs et analyse des pratiques

Articulation avec le DUERP

Tout au long de la formation, les participants sont invités à faire le lien entre les risques identifiés et leur transcription dans le DUERP de leur structure. L'objectif est de renforcer la culture de prévention en donnant du sens à ce document réglementaire souvent perçu comme formel. Les outils d'analyse proposés (cartographie, matrice fréquence/gravité, arbre des causes) sont directement mobilisables pour enrichir ou actualiser le DUERP. En fin de parcours, les plans d'action individuels et collectifs peuvent servir de base concrète pour alimenter les mesures de prévention du document, dans une logique de mise à jour continue et participative.

Financement de la formation

Dans un contexte de forts enjeux autour de la santé mentale au travail, certains contrats de prévoyance santé proposent de soutenir les actions de prévention et de prise en charge mises en place par les entreprises, par exemple via l'octroi de subventions ou l'application de réductions de cotisations. Il est recommandé de vous rapprocher de votre organisme de prévoyance pour connaître précisément les dispositifs mobilisables.

Notre recommandation

Pour garantir l'efficacité et la pérennité de votre dispositif de Référents Santé Mentale au Travail, nous recommandons de compléter la formation par une **dynamique de progrès continue**. Cet accompagnement permet de maintenir les compétences à jour, de travailler les situations sensibles rencontrées sur le terrain et de renforcer la cohérence des pratiques. Il favorise également l'entraide entre RSMT, la montée en maturité du réseau interne et l'ancrage durable d'une culture de prévention. Cette étape constitue un levier essentiel pour sécuriser les interventions, soutenir les référents dans leur rôle et assurer la qualité du dispositif dans le temps.

Méthodes pédagogiques

Études de cas issues de situations réelles
Ateliers d'apprentissage : écoute, repérage, orientation
Mises en situation guidées et débriefings collectifs
Apports théoriques courts et opérationnels
Contenu ajusté à la feuille de route RSMT définie avec la direction

Perform&Bien