

PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE- MODULE JEUNES

(Inscription possible jusqu'à 15 jours avant la formation)

Prérequis : Aucun

Public visé : Cette formation est destinée à tout type de public souhaitant acquérir des compétences en matière de premiers secours en santé mentale spécialement ceux travaillant avec des jeunes.

Objectifs :

- Identifier les troubles de santé mentale courants chez les jeunes
- Identifier les signes précurseurs de détresse psychologique chez les jeunes
- Acquérir des compétences pour apporter un soutien immédiat et approprié aux jeunes en détresse
- Savoir orienter les jeunes vers des ressources spécialisées en santé mentale

Durée de la formation : 2 jours / 14 heures en **présentiel**.

Formateur : Les formateurs sont des experts dans le domaine de la santé mentale.

Contenu :

1. Introduction à la santé mentale des jeunes

- Définitions et concepts clés
- Prévalence des troubles de santé mentale chez les jeunes
- Importance de l'intervention précoce

2. Principaux troubles de santé mentale chez les jeunes

- Dépression et anxiété
- Troubles du comportement alimentaire
- Troubles de l'attention et de l'hyperactivité
- Troubles de l'usage de substances

3. Reconnaître les signes de détresse psychologique chez les jeunes

- Changements de comportement
- Symptômes physiques et émotionnels
- Signes de risque suicidaire

4. Communication bienveillante et non-jugeante avec les jeunes en détresse

- Écoute active
- Validation des émotions
- Empathie et soutien

5. Techniques d'intervention de premiers secours en santé mentale

- Gestion du stress et des crises
- Techniques de relaxation et de respiration
- Stratégies d'adaptation et de résolution de problèmes

6. Ressources et outils disponibles pour les jeunes en détresse

- Services d'écoute téléphonique
- Organismes communautaires spécialisés
- Applications mobiles et ressources en ligne

7. Cas pratiques et mises en situation

- Exercices de simulation pour mettre en pratique les compétences acquises
- Analyse de cas concrets et discussion en groupe

8. Planification de la suite de l'intervention

- Suivi et accompagnement des jeunes en détresse
- Rôle de l'intervenant dans l'orientation vers des professionnels de la santé mentale

Méthodes et moyens pédagogiques :

La formation combine des apports théoriques, des études de cas, des mises en situation et des exercices pratiques.

Modalité de suivi et évaluation de la formation :

Évaluation des acquis en fin de formation (Test, quizz, qcm), évaluation de la satisfaction des participants à chaud et à froid (30 jours environ après la formation).

Emargement par demi-journée par le stagiaire et le formateur, remise d'un certificat de réalisation et d'une attestation de fin de formation.

Cout de la formation :

Inter : 250 TTC par jour

Intra : Nous consulter

Effectif : 8 minimum – 16 maximum

Lieu de la formation : Dans les locaux de pratiques & formation à Paris 11^{ème} ou chez le client.



Adaptation de la formation en situation de handicap :

Merci de contacter la référente handicap pour discuter de vos besoins spécifiques :

c.niang@lad.fr / 06 28 77 37 02

Vos contacts :

Stacy ZOUAD, Responsable formation, s.zouad@lad.fr / 06 19 72 71 52

Coumba Niang, Chargée de formation, c.niang@lad.fr / 06 28 77 37 02