



# ACCOMPAGNER UN SALARIÉ EN DÉTRESSE MENTALE

Identifier les troubles, assister et adapter le soutien

Nouveau

## PROGRAMME

### L'entreprise et la santé mentale

- Obligation légale de l'employeur de protéger la santé mentale des collaborateurs
- Définition de la santé mentale
- Le pouvoir d'action de l'entreprise et ses limites
- Vraix-faux en sous-groupes

### Du stress au burn-out : prévenir et agir

- Définition organisationnelle du stress au travail (contraintes / ressources)
- Du stress au sur-stress : signes repérables
- Comprendre le burn-out pour mieux le prévenir
  - analyse de cas

### Développer ses compétences relationnelles face à un collaborateur ou collègue en souffrance

- Cerner les limites de son rôle
- Avoir une posture d'accueil
- Conduire un entretien de compréhension
  - conseils pratiques
  - pièges à éviter
- Quand orienter et vers qui orienter ?
- Méthodologie de prise de recul (émotions)
  - mise en situation d'entretien

### Identifier les troubles psychiques et savoir comment agir

- Les différents types de troubles psychiques
  - la dépression
  - les troubles anxieux, les attaques de panique
  - les troubles psychotiques
  - les crises suicidaires
  - les crises d'agressivité
  - QCM de synthèse
- Agir face à un collaborateur ou collègue présentant un trouble psychique identifié et mettre en place un plan d'action approprié à chaque type de trouble
  - entrer en relation et savoir aborder le problème apparent
  - assister en respectant les limites de ses compétences et de son rôle
  - apporter du soutien
  - entraînement sur des cas pratiques
- Orienter un collaborateur ou collègue présentant un trouble psychique
  - acteurs internes
  - acteurs externes

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

### DATES

- \*11 mars 2025
- 12 juin 2025
- \*18 novembre 2025

### ESPACE DE FORMATION

- Paris-Montparnasse
- \*Distanciel

DURÉE  
1 jour

1310 € ht  
repas inclus

RÉF. ASDM

Risques  
psychosociaux

### OBJECTIF

Assister un collaborateur ou un collègue présentant un trouble psychique

### COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Identifier un salarié en difficultés psychiques
- Savoir comment réagir
- Entrer en relation avec un salarié en difficultés psychiques
- Assister un salarié présentant un trouble psychique
- Orienter un salarié présentant un trouble psychique

### PUBLIC CONCERNÉ

- Tout public



## INSCRIPTION EN LIGNE

Inscrivez vos collaborateurs à cette formation directement depuis ce document PDF





Formation animée par :  
**CAROLINE  
MOYAT AYCOBERRY**

- Consultante QVCT, RPS et en techniques de médiation
- Juriste en droit du travail
- Sophrologue, relaxologue

«Quelles sont les obligations, les missions et les limites d'intervention des différents acteurs de l'entreprise dans la de prévention des risques psychosociaux ? Comprendre les enjeux juridiques des RPS.

Je vous propose d'apporter des réponses à ces questions pour vous permettre de vous constituer un socle de connaissance solide pour être en capacité d'agir dans votre entreprise.»

Caroline MOYAT AYCOBERRY

Pré-requis : Aucun

## LES + DE VOTRE FORMATION



### VOTRE SUIVI PEDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions et le lien avec le formateur. L'évaluation de vos acquis se fait par l'intermédiaire du module e-learning associé à votre formation.



### VOTRE CONSULTANTE

Votre consultante vous propose une méthode d'animation participative bien que le thème soit juridique. Elle vous propose une approche humaniste de cette thématique en n'oubliant pas d'aborder les dernières actualités juridiques en matière de RPS.



### VOTRE ESPACE STAGIAIRE EN LIGNE

Vous bénéficiez d'un espace stagiaire en ligne qui vous permet de retrouver l'ensemble de vos documents administratifs (convocation, attestation de stage) ainsi que les différentes ressources associées à votre stage. Votre espace stagiaire en ligne vous permet également de poser toutes vos questions ou de laisser vos commentaires. Il est accessible **15 jours** avant la date de début de votre stage.

### Connexion

Connectez-vous à votre espace personnel

Email

Mot de passe

Valider

Cliquez pour vous connecter :

- Recevez vos convocations et attestations
- Consultez des ressources complémentaires
- Posez vos questions
- Suivez l'actualité C3S
- Accédez à la plateforme E-learning C3S



## HORAIRES

La formation commence à 9h et se termine à 17h10.



## ACCESSIBILITÉ

Les salles de formation, basées au Mans et à Paris, sont toutes les 2 accessibles par les transports en commun (train, bus, métro pour Paris du fait de la proximité avec la gare Montparnasse et bus et tramway pour Le Mans).

Pour les stagiaires utilisant une voiture, il y a possibilité de stationner dans des parkings situés à proximité de chacun des sites.

Un accès pour personne à mobilité réduite est prévue dans chaque établissement. Un ascenseur permet d'accéder à nos salles de formation parisiennes situées au 1er étage du bâtiment. Un accès s'effectue de plain pied pour les salles de formation du Mans.



## PLANS D'ACCES

**3 rue Vandamme  
75014 PARIS-MONTPARNASSE**



**38 rue Arnold Dolmetsch  
72000 LE MANS**



**Votre contact**  
Anne-Françoise ALLAIN  
02 43 23 09 23 - formation@c3s.fr

www.c3s.fr