



# Comprendre les modes d'expression des troubles psychiques




**Mieux comprendre le vécu subjectif et les modes d'expression des troubles psychiques.**


**Promouvoir un accompagnement ajusté aux besoins des personnes tout en favorisant leur pouvoir d'agir.**


 **Durée :** 2 jours

 **Tarif :**

- Inscription de groupe : 12 personnes - sur devis

 **Lieu :** Pantin ou in situ à la demande

 **Intervenants :** un formateur professionnel et un formateur pair

 **Prérequis :** aucun

## **Public concerné**

Tout acteur du secteur social, médico-social et sanitaire (cadres, professionnels, personnes concernées, aidants).

## **Objectifs pédagogiques**

- Mieux comprendre le vécu subjectif des personnes concernées par un problème de santé mentale afin de modifier son regard et sa posture d'accompagnement.
- Savoir identifier les principaux modes d'expression de la souffrance/du handicap psychique afin de s'y ajuster avec bienveillance.
- Disposer de stratégies d'accompagnement et d'outils promouvant le pouvoir d'agir et la prise en compte des besoins des personnes.

## **Méthodes pédagogiques**

- Croisement des savoirs expérientiels, professionnels et académiques.
- Brainstormings, exposés interactifs, mises en situation.

## **Programme de la formation**

### **Jour 1**

- Introduction de la formation, présentations et recueil des attentes.
- Les notions de santé mentale et de handicap « invisible » : perspective historique et enjeux contemporains.
- Les modes d'expressions des troubles psychiques sur le plan émotionnel, cognitif et comportemental.
- L'expression verbale et non verbale de la souffrance psychique.
- L'ajustement relationnel : travailler sur sa posture dans la relation d'aide à partir de situations concrètes.

### **Jour 2**

- Les déterminants de la santé mentale d'une personne (obstacles et ressources sur le plan individuel et collectif).
- Le pouvoir d'agir et la prise en compte du savoir expérientiel des personnes atteintes de troubles psychiques.
- Les outils d'auto-support et leurs modes d'appropriation : exemple du plan de crise GPS (Guide Prévention et Soins).
- Évaluation à chaud de la formation.

## **Évaluation**

Avant l'action de formation (J-15) :

- Questionnaire de recueil des attentes et des profils des apprenants.
- Quizz d'évaluation des connaissances.

Pendant l'action de formation :

- Tour de table de recueil des attentes et des représentations de chacun sur le sujet traité.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences des apprenants.
- Questionnaire de satisfaction à chaud.

Après l'action de formation (J+15) :

- Questionnaire de satisfaction à froid.
- Quizz d'évaluation de la montée en compétences.