



# Promouvoir la santé mentale des jeunes

Accompagnement et participation à un environnement favorable à leur santé mentale

## Les questions travaillées

- Comment vont les jeunes aujourd'hui ?
- Comment amener le dialogue et que faire de la parole ?
- Comment repérer et accompagner un jeune en mal-être ? Vers qui l'orienter ?
- Quelle(s) posture(s) adopter et/ou quelles actions mener pour créer ou conforter un espace où les jeunes peuvent s'épanouir ?

## Description

Repérer, de manière précoce, les signes de mal-être et accompagner vers des prises en charge adaptées d'une part et contribuer à l'acquisition par les jeunes d'un ensemble des ressources personnelles qui favorise le bien-être physique, psychique et l'épanouissement personnel d'autre part permet d'agir de faveur de la promotion, la protection et le rétablissement de la santé mentale.

Cette formation propose l'acquisition de compétences visant le déploiement de projets de promotion de la santé mentale à l'échelle d'un territoire, d'une institution ou d'un établissement... et le développement de postures individuelles favorables à la relation d'aide.

## Objectifs

- Identifier son rôle dans la promotion de la santé mentale des jeunes et le repérage du mal-être
- Améliorer ses capacités d'écoute, d'accompagnement et d'orientation des jeunes face à des situations de mal-être qui peuvent se dégrader
- Intégrer le développement des compétences psychosociales dans les projets avec les enfants et les jeunes
- Créer des dynamiques pour la création d'environnements favorables à la santé des jeunes.





## Contenu de la formation

- Identifier le champ de la prévention et de la promotion de la santé mentale ; comprendre le développement de l'adolescence, les passages, les contextes de vie.
- Savoir situer son rôle et action dans le champ de la santé mentale (accompagnement, éducation, promotion) ; être en capacité de développer des actions, projets s'appuyant sur le développement des compétences psychosociales
- Améliorer ses capacités d'écoute auprès de jeunes en situation de mal-être.
- Connaître et savoir solliciter les acteurs agissant dans le champ de la santé mentale et de la protection ; travailler à partir des modalités d'accompagnement partagées ; Quelles suites donner à cette formation : dans sa structure, sur son territoire ? Comment et par qui être accompagné ? Comment mettre en application ?

## Publics

Tout professionnel ou bénévole qui, dans son activité, côtoie et/ou accompagne des jeunes de 12 à 25 ans.

Professionnels des établissements scolaires (enseignants, infirmier·e·s, assistant·e·s social·e·s, directeur·trices d'établissements, etc), animateurs et responsables jeunesse – animateurs multimédia – Bibliothécaires – Policiers municipaux – Associations sportives – Educateurs sportifs communaux – Associations culturelles.  
Professionnels de santé, du social, de l'insertion et du médico-social...

## Modalités pratiques

- Format 3 ou 4 jours – nécessité d'une journée décalée dans le temps
- Alternance d'apports théoriques, de travaux de groupe et d'échanges de pratiques et de mises en situation, à partir d'expériences présentées par les participant·e·s et le formateur.

