PROGRAMME DE FORMATION

Santé mentale au travail : repérer, orienter, prévenir l'épuisement

Prévention & Sécurité au travail

RÉFÉRENCE
WF-0681

VERSION
V2026-005

ÉDITION
3 novembre 2026

DOMAINE
Prévention & Sécurité au travail

DURÉE
7 h

MODALITÉ
Distanciel asynchrone (e-learning)

PROGRAMME
3 modules
8 leçons

SANCTION
Attestation
et certificat de réalisation

Objectifs pédagogiques

Situer la santé mentale parmi les enjeux de santé au travail, dépasser les idées reçues et connaître les obligations de prévention de l'employeur.

Identifier les facteurs de risques psychosociaux d'une situation de travail.

Repérer des changements observables chez un collègue ou un collaborateur sans poser de diagnostic.

Engager un dialogue respectueux avec une personne en difficulté et l'orienter vers les professionnels compétents, y compris en situation d'urgence.

Agir sur la charge de travail et l'organisation pour prévenir l'épuisement, et accompagner une reprise.

L'essentiel de la formation

Public visé

Managers et encadrants, responsables et chargés des ressources humaines, membres du CSE, référents en prévention et salariés volontaires qui veulent repérer une personne en difficulté au travail, engager le dialogue, l'orienter vers les bons professionnels et agir sur les facteurs d'épuisement, sans rôle de soignant.

Prérequis

- Aucun prérequis en santé ou en psychologie.
- Connaître l'organisation de son entreprise (encadrement, RH, santé au travail, CSE).
- Disposer d'un ordinateur avec une connexion internet.

Modalités et déroulement

Formation à distance, accessible en ligne, en 7 heures. Chaque leçon part d'une mise en situation vidéo dans une agence fictive ; l'apprenant analyse des cas, tranche des scénarios à embranchements, s'exerce au dialogue dans des conversations simulées et rédige des outils réutilisables (carte des interlocuteurs, plan d'actions). Temps de formation : environ 60 % de mises en situation, 23 % d'apports (vidéos, fiches) et 17 % d'évaluation. Accompagnement par un formateur par messagerie. Cette formation n'est pas une formation de secourisme en santé mentale ; elle ne forme ni au diagnostic ni au soin.

Méthodes pédagogiques

- Positionnement en début de parcours
- Apports en vidéo : explications et démonstrations
- Mises en situation et scénarios à décisions
- Études de cas
- Quiz et QCM d'auto-évaluation
- Accompagnement et retours du formateur

Répartition du temps de formation : **20 %** théorique · **39 %** pratique · **41 %** évaluation

Moyens pédagogiques et techniques

- Plateforme de formation en ligne, accès individuel à distance
- Vidéos pédagogiques
- Quiz et exercices interactifs en ligne
- Correction des productions sur grille de critères
- Messagerie avec le formateur

Modalités d'évaluation

Positionnement initial (non éliminatoire) ; retours détaillés sur les scénarios et les conversations simulées ; productions (carte des interlocuteurs, plan d'actions) corrigées sur grille critériée ; quiz de fin de leçon ; évaluation finale composée d'un cas pratique et d'un questionnaire. Seuil de réussite interne : 70 %. Aucun certificat ni habilitation n'est délivré.

Sanction

Une attestation de fin de formation et un certificat de réalisation sont remis au participant sous réserve de la réalisation du parcours.

Cette formation n'est pas présentée comme préparant à une certification enregistrée : elle ne comprend ni inscription ni présentation à des épreuves de certification, et n'ouvre droit à aucune délivrance de certification ni au financement par le CPF.

Modalités et délais d'accès

La demande d'inscription peut être effectuée par téléphone, par courrier électronique ou au moyen du formulaire en ligne.

Un entretien ou un questionnaire de positionnement permet de vérifier l'adéquation de la formation avec les besoins, le niveau initial et les prérequis du candidat.

L'inscription devient définitive après validation du dossier administratif, acceptation des documents contractuels et, le cas échéant, confirmation du financement.

Les accès à la plateforme sont généralement activés sous 48 à 72 heures ouvrées après validation complète du dossier.

Les formations à distance sont proposées en entrées et sorties permanentes, sous réserve des délais ou dates imposés par le financeur ou le certificateur.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Vidéos sous-titrées et transcrites, fiches compatibles avec les lecteurs d'écran, navigation au clavier ; les conversations simulées se jouent au clavier, sans voix. Les thèmes abordés peuvent toucher personnellement : chaque leçon rappelle qu'on peut faire une pause et à qui s'adresser. Référent handicap joignable à handicap@will-formation.com pour étudier toute adaptation.

Tarif de la formation

Prix : **560 €**

Financement : prise en charge possible par les organismes financeurs, selon les critères d'éligibilité applicables.

Qualiopi processus certifié

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION. Certificat QUA25070009. WILL FORMATION — Société par actions simplifiée à associé unique au capital de 30 000 € — NDA 11757059675 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État) — SIRET 893 713 180 00014 — 01 85 09 25 99 — info@will-formation.com — www.will-formation.com

Programme détaillé

3 modules, 8 leçons — durée totale 7 h.

01 Comprendre la santé mentale au travail et le cadre de prévention

1. Santé mentale au travail : repères et idées reçues
2. Risques psychosociaux et obligations de prévention

02 Repérer, dialoguer et orienter

1. Repérer des changements observables sans poser de diagnostic
2. Engager le dialogue avec une personne en difficulté
3. Orienter vers les bons interlocuteurs et réagir à l'urgence

03 Prévenir l'épuisement professionnel

1. Charge de travail et prévention de l'épuisement
2. Accompagner une reprise après une absence
3. Atelier de synthèse — le plan d'actions de l'équipe