



SANTÉ DU DIRIGEANT
Conseil & Formations

Mis à jour le 12/09/2025

Détection précoce et relais de confiance : se former comme Capteur Terrain

Référence : SM9

Cette formation permet à des collaborateurs volontaires d'**acquérir les compétences nécessaires pour repérer les signaux faibles de mal-être**, écouter de manière active et orienter vers les ressources adaptées. À travers des apports théoriques, des études de cas et des mises en situation, les participants **clarifient leur rôle, apprennent à distinguer une situation « basique » d'une situation de crise, et s'entraînent à adopter une posture de confiance et de confidentialité**. Cette formation constitue la première étape de structuration d'une communauté de capteurs terrain au sein de l'organisation.

Objectifs pédagogiques

- » Comprendre et clarifier leur rôle de capteur terrain dans l'organisation.
- » Repérer les signaux faibles de mal-être et distinguer une situation « basique » d'une crise.
- » Développer l'écoute active et apprendre à orienter vers les ressources adaptées.
- » Orienter vers les ressources adaptées dans le respect du consentement et de la confidentialité.
- » Identifier leurs limites et utiliser la supervision pour se préserver.

Élément forts

Une démarche pédagogique participative pour :

- » Immersion dans le rôle : un démarrage interactif où chaque participant explore ce que signifie être capteur terrain, à travers échanges, représentations et mises en commun.
- » Ateliers expérientiels : mises en situation réalistes et jeux de rôle permettant de vivre concrètement la posture de capteur, de tester ses réactions et d'expérimenter l'écoute active.
- » Construction de la communauté : un temps collectif pour partager les expériences, renforcer le sentiment d'appartenance et poser les bases d'une communauté soudée et durable.

Contenu détaillé de la formation

MODULE 1

Demi-journée 1 : Comprendre la santé mentale au travail

» Cette première demi-journée permet d'ancrer une **culture commune autour de la santé mentale**. Les participants découvrent les fondements de la santé mentale et son lien direct avec le travail, en abordant les principaux troubles psychiques rencontrés en contexte professionnel (burn-out, dépression, troubles anxieux, épuisement, etc.). L'objectif est de **démystifier le sujet, de déconstruire les idées reçues, et de développer un langage commun** afin de lever les tabous qui entourent encore la santé mentale dans les organisations.

Demi-journée 2 : Détection des signaux faibles et vocabulaire partagé

» Cette deuxième demi-journée est centrée sur **le repérage** individuel et systémique. Les participants apprennent à identifier les signaux faibles qui peuvent révéler une fragilité psychologique ou une souffrance au travail. L'accent est mis sur l'importance du vocabulaire employé : comprendre et utiliser les termes justes permet de mieux orienter et d'éviter les maladresses langagières. À travers des exemples concrets et des études de cas, les capteurs terrain commencent à affiner leur capacité d'observation et de discernement.

MODULE 2

Demi-journée 3 : Consentement, crise et non-crise

» Cette séquence est consacrée au **cadre d'action du capteur terrain**. Les participants approfondissent la notion de **consentement** : rien ne peut être transmis ou partagé sans l'accord explicite de la personne concernée, sauf en cas de **situation de crise avérée** (par exemple, risque suicidaire ou danger immédiat). Ils apprennent à distinguer une situation « basique » qui relève de l'écoute et de l'accompagnement d'une situation « critique » nécessitant une orientation rapide vers les relais adaptés. Des mises en situation leur permettent d'expérimenter cette distinction et d'adopter une posture juste face à l'urgence.

Demi-journée 4 : Relais et outils pratiques

» Cette séquence met l'accent sur la **cartographie des relais internes et externes** : managers, RH, médecine du travail, assistantes sociales, psychologues, mais aussi dispositifs extérieurs (médecins traitants, associations spécialisées, numéros d'urgence). Les participants découvrent l'utilisation d'une fiche de réflexion : un outil simple pour structurer leurs observations et questionnements lorsqu'une situation leur pose problème. Ils s'entraînent à remplir cette fiche et à s'en servir comme support pour décider de la suite à donner. Ce temps pratique consolide la capacité à ne pas rester seul face à une situation et à mobiliser les bons relais.

Personnes concernées

Cette formation s'adresse aux collaborateurs volontaires et motivés, recrutés lors d'un processus de sélection spécifique. Le profil attendu : des personnes représentatives du terrain, capables d'écoute, équilibrées et disponibles, reconnues dans leur rôle par leur manager. Elles ne sont ni psychologues ni managers bis, mais des relais de confiance intégrés dans l'organisation.

Cette formation "Se former comme Capteur Terrain" est précédée d'un questionnaire évaluant les besoins ou attentes spécifiques des différents participants.

Dispositifs d'évaluation

Avant la formation : Questionnaire des attentes.

Pendant la formation : Observation des pratiques et retours formatifs.

Après la formation : Évaluation individuelle des acquis.

Méthodes pédagogiques

- Études de cas et jeux de rôle.
- Retours interactifs entre participants.
- Supports visuels et fiches pratiques.

Modalités d'organisation

Cette formation se déroule principalement en présentiel afin de favoriser les interactions dynamiques, les mises en situation et les retours en direct entre participants. Elle peut être organisée en intra-entreprise ou inter-entreprises, dans un lieu adapté à la collaboration et à la pratique active.

Profil formateur

Professionnels de la santé mentale, accrédités et expérimentés dans l'accompagnement psychologique et managérial.

Pré-requis pour le participant

Aucun pré-requis spécifique, mais une expérience dans la prévention est un atout.

Lieu

Sur tout le territoire

Tarif

Devis sur demande