

EN ROUTE VERS LA PRÉPARATION MENTALE (RVPM)

Formation des formateurs

Contribuez à réduire la stigmatisation et à accroître la résilience en devenant instructeur du programme RVPM

S'ils sont décelés et traités rapidement, les problèmes de santé mentale peuvent être temporaires et réversibles. Les employés et les dirigeants qui comprennent ce que sont les réactions normales au stress et la façon de les gérer sont plus résilients. Ils sont en mesure de se rétablir après avoir vécu un épisode de stress, un événement traumatisant ou une situation difficile. Il est possible de montrer aux gens à reconnaître les changements à leur état de santé mentale et à devenir plus résilients.

Sur une période de cinq jours, *le cours de formation des formateurs RVPM* prépare les participants à donner des cours aux premiers intervenants et il atteste de leurs compétences à cet égard. Il s'agit d'une façon économique d'offrir de la formation et de l'éducation à l'interne qui porte spécifiquement sur la santé mentale.

En tant qu'instructeur du programme RVPM, vous aiderez les premiers intervenants à :

- ▶ améliorer la performance à court terme et les résultats à long terme sur le plan de la santé mentale;
- ▶ réduire les obstacles aux soins et favoriser un accès rapide vers ceux-ci;
- ▶ fournir les ressources et les outils nécessaires à la gestion et au soutien des employés aux prises avec des problèmes de santé mentale;
- ▶ aider les superviseurs à maintenir une bonne santé mentale tout en favorisant une santé mentale positive chez les employés.

Le cours donné par les maîtres-formateurs de la CSMC comprend :

- ▶ un aperçu des principaux concepts de la santé mentale en milieu de travail; les participants apprennent chaque concept et ont l'occasion de pratiquer l'enseignement du matériel didactique entre eux;
- ▶ des apprentissages supplémentaires de chaque concept et du modèle de continuum, en plus de l'occasion de pratiquer l'enseignement du matériel didactique entre eux;
- ▶ une compréhension approfondie du contexte sur lequel repose RVPM, permettant aux futurs formateurs d'acquérir de solides connaissances en santé mentale afin d'être en mesure de répondre aux questions des participants lorsqu'ils donneront un cours dans leur organisation;
- ▶ une évaluation des compétences en matière de présentation effectuée par les maîtres-formateurs de la CSMC qui auront été présents toute la semaine.

CONSIDÉREZ CECI...

Par leur travail, les premiers intervenants sont exposés de façon persistante et répétée à des incidents déclencheurs. Ils courent ainsi un risque élevé de développer des problèmes de santé mentale.

La stigmatisation est un obstacle majeur qui empêche les gens de demander de l'aide pour des maladies ou des problèmes associés à la santé mentale.

La peur de la stigmatisation retarde souvent le diagnostic et le traitement.

Pour devenir un instructeur du programme RVPM, adressez-vous à : R2MR@commissionsantementale.ca