



# Offre de formation et d'accompagnement



Cofinancé par  
l'Union européenne

et les Agences régionales de santé



Nightline France est une association d'intérêt général qui a pour but d'améliorer la santé mentale des étudiant·e·s et des jeunes à l'échelle individuelle et à l'échelle collective.

## Notre offre de formation

Nightline a créé une offre de formation à destination des acteurs en lien avec le public jeune et étudiant ainsi qu'à destination des jeunes et étudiant·e·s engagé·e·s.

A travers cette offre de formation, Nightline propose aux participants d'acquérir ou d'approfondir de nouvelles connaissances en matière de santé mentale et leur application dans leurs actions auprès des jeunes et des étudiant·e·s.

A travers l'expérience acquise au sein de notre association depuis 2016, nos professionnel·le·s de la santé mentale ont créé ce panel de formations pour répondre aux besoins du terrain, partagés par nos partenaires et des structures accompagnant les étudiant·e·s et les jeunes.



## **Objectifs généraux**

Améliorer le repérage, l'accompagnement, et l'orientation des étudiant·e·s et des jeunes en matière de santé mentale.

## **Objectifs visés**

- Comprendre les bases de la santé mentale appliquée à la population des jeunes et des étudiant·e·s
- Outiller les professionnel·le·s pour accompagner les jeunes en situation de difficulté
- Comprendre les éléments de base de la relation d'aide et de la santé communautaire

## **Public Visé**

Tout professionnel en relation avec des jeunes et/ou étudiant·e·s confronté·e·s à des problématiques liées à la santé mentale.

## **Modules pour les acteurs en lien avec les étudiant·e·s et les jeunes**

**1** **Qu'est ce que la santé mentale**  
approche théorique et pratique sur la santé mentale des jeunes et les facteurs qui l'influencent.

**2** **Repérer et accompagner un·e étudiant·e ou un·e jeune en difficulté**  
aborder la question de la détresse psychologique chez les jeunes

**3** **Comprendre les risques psychosociaux associés à l'accompagnement de jeune et améliorer les pratiques en interne**  
identifier les ressources, développer les outils et pratiques internes en matière d'accompagnement pour les publics touchés.

**Formules proposées :**

**Cycle de base : modules 1, 2**

**Pour aller plus loin : module 3**

**Questions spécifiques : modules 4 et 5**

**4** **Prévention du suicide - public étudiant/ jeune**  
analyse théorique et compréhension des fondements de la crise suicidaire, présentation des ressources.

**5** **Empathie et relation d'aide**  
comprendre les enjeux de la relation d'aide et l'application de l'écoute empathique dans la pratique des acteurs.

# Module 1 : Qu'est-ce que la santé mentale ?



## Programme

- Mieux comprendre la santé mentale et les facteurs qui l'influencent (présentation du continuum et du modèle bio-psycho-social)
- Travailler sur les fausses croyances et idées reçues sur la santé mentale
- Discuter les phénomènes sociaux associés comme la stigmatisation et la discrimination
- Aborder les spécificités de la santé mentale des jeunes
- Aborder quelques notions sur des troubles de la santé mentale présents chez les jeunes (anxiété, dépression, trouble de l'usage de substance)



## Modalité et aspects techniques

- Durée : 3 heures
- Type de formation : distanciel ou présentiel possible
- Participant·e·s : 6 à 12 personnes



## Moyen pédagogique et techniques d'encadrement

- Alternance entre contenu théorique et mise en pratique
- Mobilisation des outils pédagogiques (support de formation Canva, et activités interactives telles que Wooclap etc.)
- Remise de documentation pédagogique
- Remise d'une attestation de participation à la formation.



**Nous contacter**

# Module 2 : Repérer et accompagner un·e étudiant·e / jeune en difficulté



## Programme

- Les signaux d'alerte qui montrent qu'un·e jeune vit une détresse psychologique
- Comment aborder le sujet avec le·la jeune
- La posture à adopter en tant que professionnel·le et l'écoute empathique
- La gestion des situations de crise : que faire dans les cas d'idées suicidaires et de dangers imminents
- Les ressources vers lesquelles orienter le·la jeune en difficulté
- Travailler en équipe, se protéger et prendre soin de soi dans la relation d'aide



## Modalité et aspects techniques

- Durée : 3 heures
- Type de formation : distanciel ou présentiel possible
- Participant·e·s : 6 à 12 personnes



## Moyen pédagogique et techniques d'encadrement

- Alternance entre contenu théorique et mise en pratique
- Mobilisation des outils pédagogiques (support de formation Canva, et activités interactives telles que Wooclap)
- Remise de matériel pédagogique (partage de support et bibliographique)
- Remise d'une attestation de participation à la formation



**Nous contacter**

# Module 3 : Comprendre les risques psychosociaux associés à l'accompagnement de jeune et améliorer les pratiques en interne



## Programme

- Identification des modalités et ressources d'accompagnement existantes dans la structure
- Présentation des dispositifs existants chez les acteurs associatifs et définition des rôles et responsabilités des ressources d'accompagnement (en interne et en externe)
- Travail sur l'élaboration d'outils internes et procédures et l'amélioration des pratiques internes pour la structure



## Modalité et aspects techniques

- Durée : 3 heures
- Type de formation : distanciel /présentiel possible
- Participant·e·s : à définir selon les besoins identifiés



## Moyen pédagogique et techniques d'encadrement

- Alternance entre contenu théorique et mise en pratique
- Mobilisation des outils pédagogiques (support de formation Canva, et activités interactives)
- Remise d'une attestation de participation à la formation
- Création d'outil d'accompagnement et de procédures internes



## Pré-requis

- Travailler auprès d'un public jeune et/ou étudiant
- Parmi les participant·e·s, il est nécessaire qu'il y ait un·e représentant·e de la gouvernance ou direction de l'association, pour porter ces bonnes pratiques en interne
- Qu'au moins un·e participant·e ait suivi les formations "Qu'est-ce que la santé mentale" et "Repérer un·e jeune/un·e étudiant·e en difficulté".



## Nous contacter

# Module 4 : Prévention du suicide - public étudiant/ jeune



## Programme

- Analyse théorique et compréhension des fondements de la crise suicidaire — prise en compte du phénomène
- Présentation des ressources disponibles



## Modalité et aspects techniques

- Durée : 2 heures
- Type de formation : distanciel /présentiel possible
- Stagiaires : 6 à 12 personnes



## Moyen pédagogique et techniques d'encadrement

- Alternance entre contenu théorique et mise en pratique
- Mobilisation des outils pédagogiques (support de formation Canva et activités interactives telles que Wooclap etc)
- Remise de matériel pédagogique (partage de support et bibliographique)
- Remise d'une attestation de participation à la formation



**Nous contacter**



## Programme

- Comprendre la relation d'aide et les enjeux de celle-ci dans la pratique des participant·e·s
- Mieux comprendre l'empathie et la posture empathique
- Pratiquer une écoute empathique dans la relation d'aide



## Modalité et aspects techniques

- Durée : 3 heures
- Type de formation : distanciel / présentiel possible
- Participant·e·s : 6 à 12 personnes



## Moyen pédagogique et techniques d'encadrement

- Alternance entre contenu théorique et mise en pratique
- Mobilisation des outils pédagogiques (support de formation Canva, activités interactives, Wooclap).
- Remise d'une attestation de participation à la formation



**Nous contacter**

# Pour plus d'infos

## CONTACT

Aurélie Salle

aurelie.salle@nightline.fr



[nightline.fr](http://nightline.fr)