Programme de l'intervention

WEBINAIRE : Santé mentale étudiante, comprendre et agir

Organisation

Durée : 1 heure

Mode d'organisation : À distance

Contenu pédagogique

Public visé

Tout public

Description

Ce webinaire explore la réalité de la détresse psychologique en milieu universitaire, les principaux facteurs de vulnérabilité et les dispositifs d'aide à mobiliser pour orienter efficacement les jeunes en difficulté.

Objectifs du webinaire :

- Identifier les spécificités et les enjeux de la santé mentale étudiante
- Acquérir des outils pratiques pour détecter et orienter les étudiants en difficulté
- Découvrir des stratégies d'accompagnement et de prévention adaptées

Déroulé du webinaire :

- **Introduction**
  - Accueil et présentation des objectifs
  - Brise-glace interactif : "Un mot pour décrire la santé mentale étudiante" (via outil de sondage en ligne)
- **Comprendre la santé mentale étudiante : repères et enjeux**
  - Définition et continuum de la santé mentale
  - Spécificités de la période étudiante : facteurs de stress et de vulnérabilité (académiques, sociaux, financiers, transition)
  - Statistiques clés et impact sur la réussite et le bien-être (avec sources)
- **Exercice pratique : Quizz interactif "Vrai/Faux sur la santé mentale étudiante"**
  - Mise en lumière des idées reçues et des réalités
  - Discussion rapide sur les réponses
- **Détecter et orienter : les leviers d'action concrets**
  - Les signes d'alerte : comment les reconnaître (comportementaux, émotionnels, physiques)
  - L'écoute active et la posture bienveillante : principes clés
  - Savoir orienter : les ressources internes et externes (services universitaires, associations, professionnels de santé)
  - Le rôle de chacun dans la chaîne d'accompagnement
- **Prévention et promotion de la santé mentale**
  - Actions simples au quotidien : favoriser un environnement bienveillant
  - Sensibilisation et déstigmatisation

- Exemples de bonnes pratiques institutionnelles

- **Temps d'échange et questions/réponses**
  - Partage d'expériences et de questionnements des participants
  - Réponses aux questions en direct
- **Conclusion**
  - Synthèse des points clés
  - Ressources complémentaires
  - Mot de la fin et remerciements

À la fin de ce webinaire, vos agents sauront mieux identifier les signes de fragilité psychique chez les étudiants, comprendre les dispositifs d'aide existants et adopter une posture d'écoute et d'orientation efficace

Modalités pédagogiques

Format d'animation : A distance

Moyens et supports pédagogiques

Le webinaire est conçu pour favoriser l'acquisition de connaissances et d'outils pratiques, grâce à une intervention experte adaptée au public, une animation interactive et à une présentation visuelle impactante. Il intègre des support multimédias (vidéos, infographies) et des outils d'interaction en temps réel. Il propose un temps théorique avec un partage d'informations clés et scientifiques, un temps de mise en pratique d'outils validés et des échanges.