

# Déceler les besoins en Santé Mentale durant la première visite

Avril 2020

# A qui s'adresse l'évaluation des besoins en santé mentale?

## 1- Les résidents

- Évaluez leur SM et bien-être durant le confinement
- Voir s'il y a un psy dans la structure? Besoin de support?
- Recommandations

# A qui s'adresse l'évaluation des besoins en santé mentale?

## 2- Le personnel

- Évaluez leur SM actuelle et leur vécu durant la crise
- Prévention du Burn-Out
- Soutient psy ?

# A qui s'adresse l'évaluation des besoins en santé mentale?

## 3- La direction

- Explorer avec les directeurs/managers comment ils ont vécu la crise, comment ils ont géré la pression liée au travail
- Des recommandations pour les directeurs/managers

## Les symptômes physiques

- Maux et douleurs (maux de tête, douleurs musculaires,..)
- Nausées, étourdissements
- Douleur thoracique, rythme cardiaque rapide
- Perte de libido
- Troubles du sommeil

## Les symptômes cognitifs

- Problèmes de mémoire
- Incapacité à se concentrer
- Mauvais jugement
- Ne voir que le négatif
- Pensées anxieuses
- Inquiétude constante

## Les symptômes émotionnels

- Sautes d'humeur
- Irritabilité ou colère
- Agitation, incapacité à se détendre
- Sensation d'oppression
- Sentiment de solitude et d'isolement
- Dépression ou tristesse généralisée

## Les symptômes comportementaux

- Manger plus ou moins
- Dormir trop ou trop peu
- Vous isoler des autres
- Tergiverser ou négliger certaines responsabilités
- Utilisation de l'alcool, les cigarettes et les drogues pour se détendre

# Lors de la visite

Être en écoute active par:

- 1- Le contact visuel
- 2- La posture
- 3- La paraphrase
- 4- La clarification

# Comment réagir face aux débordements émotionnels ?

**Attention !**



✓ Le but est de permettre à l'autre de s'exprimer

X Le but n'est pas de trouver des solutions immédiates

# Conseils

**Attention !**



**Ne pensez pas et n'agissez pas comme si vous étiez chargé de résoudre tous les problèmes des autres...**



merci