

## FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE Standard

**Public :** Tout public

**Durée :** 2 jours (14 heures)

**Réf :** PSSM

**Prérequis :** Aucun

**Présentiel**

**Prix intra :** sur devis

**Prix inter et particuliers  
en présentiel :** 250 € HT  
net de TVA

### PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Les Premiers Secours en Santé Mentale constituent l'aide qui est apportée à une personne qui subit un début de trouble de santé, une détérioration d'un trouble de santé mentale, ou qui est dans une phase de crise de santé mentale. Les premiers secours sont donnés, sur la base d'un protocole d'intervention, jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée, ou jusqu'à ce que la crise soit résolue.

Ils sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premiers secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

En articulation avec les Projets Territoriaux de Santé Mentale, il s'agit d'améliorer la détection et l'intervention précoce face aux troubles mentaux, et de renforcer les compétences psycho-sociales des apprenants en leur permettant de :

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage.
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté pour apporter une aide.
- Informer, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats et en cas de crise relayer au service le plus adapté.
- Mieux faire face aux comportements agressifs.
- Maîtriser un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale.

### PROGRAMME PSSM France

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale ou des crises de santé mentale.

#### Des troubles de santé mentale émergents

- Dépression
- Problèmes d'anxiété
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance

#### Crises en santé mentale

- Pensées et comportements suicidaires
- Auto-mutilation
- Attaques de panique
- Évènements traumatiques
- États sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques
- Comportements agressifs

# PROGRAMME DÉTAILLÉ

## Jour 1

### Troubles psychiques

- Définition, facteurs de risques, statistiques et impacts
- Interventions

### Premiers Secours en Santé Mentale

- Pourquoi PSSM ?
- Le plan d'action PSSM

### Dépression

- Signes, symptômes
- Interventions

### Le plan d'action PSSM pour la dépression

- Premiers Secours pour les pensées et intention suicidaires
- Premiers Secours pour la dépression en l'absence de crise

### Troubles anxieux

- Signes, symptômes
- Interventions

## Jour 2

### Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux

- Premiers Secours pour l'attaque de panique
- Premiers Secours après un événement traumatique
- Premiers Secours pour les troubles anxieux en l'absence de crise

### Troubles psychotiques

- Signes, symptômes
- Interventions

### Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques

- Premiers Secours pour la crise psychotique sévère
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques en l'absence de crise

### Troubles liés à la consommation de substance

- Signes, symptômes
- Interventions

### Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à la consommation de substances

- Premiers Secours pour l'intoxication à la substance
- Premiers Secours pour les conduites agressives
- Premiers Secours pour les urgences médicales
- Premiers Secours pour le trouble lié à la consommation de substances en l'absence de crise

## MODALITÉS

**Présentiel** : 14 heures de formation qui peuvent se dérouler sur :

- 2 jours consécutifs ou,
- 2 jours non consécutifs (sur une quinzaine maximum)

**Distanciel** : 14 heures de formation réparties en 7 sessions de 2 heures sur 7 jours distincts.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques liés à des situations vécues, et débats à partir de supports vidéo.

Échanges sur les expériences et interactivité (travaux en sous-groupes, études de cas, mises en situation, outils pédagogiques interactifs). Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale, y compris en situation de crise.
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale.
- Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale.

## POINTS FORTS DE LA FORMATION

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale
- Remise du livret « Premiers Secours en Santé Mentale – PSSM France » en début de formation

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

- Quizz en début et fin de formation
- Travaux pratiques en cours de formation
- Contrôle des connaissances à chaque étape

## RECONNAISSANCE DE LA FORMATION

Attestation de Secourisme en Santé Mentale PSSM France.

## EVALUATION DE LA FORMATION

- Évaluation à chaud en fin de formation
- Évaluation en ligne sur le site de PSSM France

## MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

En programmation INTER et pour les particuliers, sous réserve de places encore disponibles, les inscriptions sont acceptées jusqu'à 3 jours avant le début de la formation. L'inscription ne sera effective qu'à réception de la convention ou du contrat de formation signé(e).

**En présentiel**, pour des raisons pédagogiques, la formation ne sera mise en œuvre qu'avec un minimum de 5 participants et un maximum de 16 participants.

**En distanciel**, pour des raisons pédagogiques, la formation ne sera mise en œuvre qu'avec un minimum de 5 participants et un maximum de 10 participants. En cas de co-animation ce maximum sera de 16 participants.

## ACCESSIBILITÉ

Pour toute question relative à l'accessibilité ou à un besoin d'aménagement, vous pouvez contacter la Référente Handicap de l'organisme de formation [pascale.faujour\[@\]motiondesens.org](mailto:pascale.faujour[@]motiondesens.org). Un échange téléphonique vous sera proposé avec la Référente Handicap afin d'évoquer votre besoin.

## INTERVENANTE

Pascale FAUJOUR

