

## FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE Jeunes

**Public :** Tout public

**Durée :** 2 jours (14 heures)

**Réf :** PSSM-J

**Prérequis :** Aucun  
(18 ans minimum)

**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 le début d'un trouble de santé mentale, une détérioration d'un trouble de santé mentale ou qui est dans une phase de crise de santé mentale. Les premiers secours sont donnés 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.

**Le module Jeunes a été spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs.**

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner des informations.
- Mieux faire face aux comportements agressifs

### PROGRAMME PSSM France

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux jeunes 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
- Troubles du comportement alimentaire
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance

#### Crises en santé mentale

- Pensées et comportements suicidaires
- Auto-mutilations non suicidaires
- 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 et développement de l'adolescent

- Santé mentale et troubles psychiques chez les jeunes
- Développement à l'adolescence et impact des troubles
- Compétences psychosociales

### Premiers Secours en Santé Mentale

- Rôle du secouriste en santé mentale
- Le plan d'action PSSM

### Dépression

- Signes, symptômes
- Trouble bipolaire
- Interventions efficaces dans la dépression
- Le plan d'action PSSM pour la dépression
- Premiers Secours en cas de crise : pensées et comportements suicidaires
- Premiers Secours en cas de crise : automutilations non suicidaires

### Anxiété

- Les différents types de troubles anxieux
- Interventions efficaces dans les troubles anxieux

## Jour 2

### Anxiété

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux
- Premiers Secours en cas de crise : attaque de panique
- Premiers Secours en cas de crise : état de stress post-traumatique

### Troubles des conduites alimentaires

- Signes généraux des TCA
- Anorexie mentale, boulimie, hyperphagie boulimique
- Interventions efficaces dans les TCA
- Le plan d'action PSSM pour les TCA

### Troubles psychotiques

- Signes, symptômes
- Traitements efficaces et intervention précoce
- Plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques

### Les substances

- Signes d'abus de substances
- Comportements liés à l'abus de substances ou sans objet (addictions comportementales)
- Plan d'action
- Situations de crise : intoxication, conduites agressives, urgence médicales

## MODALITÉS

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

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

## 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 jeunes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux jeunes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale

## 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 8 participants et un maximum 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



■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante:  
ACTIONS DE FORMATION