



PROGRAMME FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE (PSSM)

MODULE STANDARD



DATES, DUREE ET LIEU DE LA FORMATION

Deux journées consécutives de préférence d'une durée de 7h, soit 14h de formation.

Pour les formations **INTER** en cours, cliquez sur le bouton « S'INSCRIRE » du site internet.

Pour les formations en **INTRA**, à destination d'un groupe de 12 stagiaires à 16 stagiaires maximum, adressez-vous à Karine MAIRET du Service Formation k.mairet@addictions-sedap.fr ou au **07 68 72 66 38**

Les formations peuvent se faire au Service Formation de la SEDAP, 6 avenue Jean Bertin – 21000 DIJON ou dans votre structure. La location éventuelle d'une salle en dehors de notre structure n'est pas incluse (voir CGV).



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

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 premier secours, qui eux apportent une aide physique à la personne en difficulté.



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Devenir secouriste en santé mentale : améliorer la détection et l'intervention précoce face aux troubles mentaux et renforcer les compétences psycho-sociales des participants
- 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 de l'information.
- Mieux faire face aux comportements agressifs
- Tester et approprier un plan d'action utile pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale



ÉLÉMENTS FORTS

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



CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

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 :

DEMI-JOURNÉE 1

Introduction à la santé mentale et aux Interventions

- Troubles psychiques : définition et état des lieux
- Facteurs de risque, statistiques et conséquences
- Interventions en santé mentale

Premiers Secours en Santé Mentale

- Cadre des premiers secours en santé mentale
- Le plan d'action PSSM Dépression
- Signes et symptômes
- Interventions

DEMI-JOURNÉE 2

Le plan d'action PSSM pour la dépression et la crise suicidaire

- Premiers Secours dans le cas d'idées et de comportements suicidaires
- Premiers Secours pour la dépression (hors crise)

Troubles anxieux

- Signes et symptômes
- Interventions

DEMI-JOURNÉE 3

Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et choc post traumatique

- Premiers Secours pour les troubles anxieux (hors crise)
- Premiers Secours dans la crise d'attaque de panique
- Premiers Secours dans la crise après un événement traumatique

Troubles psychotiques

- Signes et symptômes
- Interventions

DEMI-JOURNÉE 4

Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques

- Premiers Secours dans la crise psychotique sévère
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques (hors crise)

Trouble lié à l'utilisation de substances

- Signes, symptômes
- Interventions

Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances

- Premiers Secours pour les troubles liés à l'utilisation de substances
- Premiers Secours en cas d'intoxication à la substance
- Premiers Secours dans les conduites agressives
- Urgences médicales

Conclusion

Afin d'évaluer les acquis de la formation, un questionnaire sera complété par les participants au début et à la fin de la formation. Un questionnaire de satisfaction de la formation sera également à compléter à l'issue de la formation pour PSSM France, afin de recevoir un certificat de secouriste. et à la fin de la formation. Un questionnaire de satisfaction de la formation sera également à compléter à l'issue de la formation pour PSSM France, afin de recevoir un certificat de secouriste.



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques liés à des situations vécues, et débats à partir de supports vidéo
- Echanges sur les expériences et interactivité (dont des mises en situation et des outils pédagogiques interactifs)
- Renforcer l'aide apportée aux jeunes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale
- Remise du manuel de secouriste en santé mentale



ORGANISATION MATÉRIELLE ET ADMINISTRATIVE

Pour une formation dans votre structure :
un ordinateur (avec enceintes), un vidéoprojecteur, un paperboard et quatre tables (positionnées en 4 îlots de 4 personnes).



PUBLIC

Tout public majeur.



PRE-REQUIS

Pas de prérequis nécessaire



PROFIL FORMATEURS

Formateurs accrédités par PSSM France



TARIF ET INSCRIPTION

Pour les sessions en INTER : cliquer sur le bouton « SE PRE-S'INSCRIRE ».

Pour un devis et programmer une session en INTRA : adressez-vous à Karine MAIRET du Service Formation k.mairet@addictions-sedap.fr ou au 07 68 72 66 38.



ACCESSIBILITE – SITUATION DE HANDICAP

Si vous avez des besoins spécifiques en matière d'accessibilité, merci de contacter Karine MAIRET, référente handicap k.mairet@addictions-sedap.fr ou au 07 68 72 66 38



AUTRES INFORMATIONS

Cette formation est éligible aux financements OPCO. Les repas sont libres et non organisés par la SEDAP.

[Retrouvez d'autres informations sur notre site internet \(règlement intérieur, CGV, livret d'accueil...\)](#)

