

## PROGRAMME DE FORMATION

# Premiers Secours en Santé Mentale



Module Standard



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.

## Objectifs pédagogiques

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Savoir détecter les premières manifestations ou l'aggravation de troubles psychiques
- Développer des compétences relationnelles pour entrer en contact et se comporter de façon adaptée
- Connaître les ressources pour orienter une personne ou l'aider à s'orienter vers les soins
- Acquérir une méthode et adopter les bons réflexes en cas de crise

<b>Public concerné</b>	Toute personne intéressée par le sujet, à titre professionnel ou personnel
<b>Prérequis</b>	Être majeur
<b>Modalités</b>	En présentiel
<b>Durée</b>	2 journées de 7h (consécutives ou non) ou 4 demi-journées de 3.5h (soit 14h)
<b>Tarifs</b>	Session de 8 à 16 personnes Inter : 250 € net par personne (manuel inclus) Intra : sur devis - Finançable par votre OPCO
<b>Intervenante</b>	Formatrice accréditée par PSSM France
<b>Inscription</b>	Par mail, téléphone ou <a href="#">via ce formulaire</a>
<b>Accessibilité</b>	Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Merci de nous contacter afin d'évaluer les conditions d'aménagement de la formation : <a href="mailto:contact@mysenscoaching.com">contact@mysenscoaching.com</a> . (Référente Handicap: Claire BARBIER - Ergothérapeute).

# Programme détaillé

## JOURNÉE 1

- Présentation
- La Santé mentale en France et les troubles psychiques
- Les interventions efficaces
- Le cadre des premiers secours en santé mentale et plan d'action PSSM
- La dépression : signes, symptômes et interventions
- Plan d'action PSSM pour la dépression
- La crise suicidaire : présentation et intervention
- Les troubles anxieux : signes, symptômes et interventions

## JOURNÉE 2

- Les attaques de panique et chocs post-traumatique
- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux
- Les troubles psychotiques: signes, symptômes et interventions
- Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
- Les troubles liés à l'utilisation de substances: signes, symptômes et interventions
- Le plan d'action PSSM pour les troubles liés à l'utilisation de substances
- Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (évaluation, questionnaire ...)

---

## Méthode et moyens pédagogiques

- Méthodes interactives, échange de pratiques en sous-groupe
- Apports théoriques, méthodologiques et pratiques
- Analyse de situations à partir de vidéos, de jeux de rôles et d'échanges
- Travail sur les représentations

Des ressources documentaires sont mises à la disposition des bénéficiaires pendant la formation.

Le manuel de formation PSSM est remis au début de la formation.

Il est la propriété du participant qui pourra s'y référer pendant et à l'issue de la formation.

---

## Évaluation

**L'évaluation des acquis** s'effectue tout au long de la formation, à partir d'exercices pratiques, de temps d'échanges dans le groupe et d'un quiz en début et fin de formation. **L'évaluation de la satisfaction générale** des participants s'effectue en fin de formation, via un questionnaire de satisfaction. Chaque stagiaire ayant suivi la totalité de la session reçoit un **certificat de réalisation** et une **attestation de secourisme en santé mentale**, délivrée par PSSM France.

---

## Contact

06.18.49.43.62 - [contact@mysenscoaching.com](mailto:contact@mysenscoaching.com) - [www.mysenscoaching.com](http://www.mysenscoaching.com)