

PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE

QU'EST CE QUE LE SECOURISME EN SANTÉ MENTALE ?

Le programme de Premiers secours en santé mentale (PSSM) permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.

Cette formation développe une méthode pour apprendre à aider, à laquelle plus de cinq millions de personnes se sont déjà formées dans le monde. En France, le programme a été lancé en 2019 et il ne cesse depuis de se déployer.

OBJECTIFS

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.

- 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 adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

PUBLIC CONCERNÉ

- Tout public à partir de 18 ans
- Entre 8 et 16 stagiaires maximum

CONTENU PÉDAGOGIQUE

DEMI-JOURNÉE 1

Introduction et aperçu des sessions

Session 1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions

- Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences) • Interventions efficaces

Session 1.2 – Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Premiers Secours en Santé Mentale
 - > Cadre des premiers secours en santé mentale > Le plan d'action AERER
- Présentation de la dépression > Signes et symptômes
- > Interventions

DEMI-JOURNÉE 2

Session 2.1 – Le plan d'action pour la dépression

- Rappel de la dépression
- Action 1 pour la dépression
- Crise suicidaire : Présentation - Assister

Session 2.2 – Les troubles anxieux

- Présentation des troubles anxieux > Signes et symptômes
- > Interventions

CONTENU PÉDAGOGIQUE

DEMI-JOURNÉE 3

Session 3.1 - Le plan d'action pour les troubles anxieux

- Rappel des troubles anxieux
- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique
 - > Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)
 - > Crise d'attaque de panique : Présentation - Assister
 - > Crise après un événement traumatique : Présentation - Assister

Session 3.2 – Les troubles psychotiques

- PSSM pour les troubles anxieux (suite) • Présentation des troubles psychotiques
 - > Signes et symptômes > Interventions

DEMI-JOURNÉE 4

Session 4.1 – Le plan d'action pour les troubles psychotiques

- Rappel des troubles psychotiques
 - Action 1 pour les troubles psychotiques
 - Crise psychotique sévère : Présentation - Assister
 - Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite)
- Session 4.2 – L'utilisation des substances et le plan d'action
- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances > Signes, symptômes
 - > Interventions
 - Action 1 pour l'utilisation de substances • Crise liée à l'utilisation de substances
 - Crise d'agressivité
 - Urgence médicale
 - PSSM pour l'utilisation des substances (suite)

CLÔTURE DE LA FORMATION : RETOUR SUR LES ATTENTES, ASPECTS ADMINISTRATIFS (POST-TEST, QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION...)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation projetés : powerpoint, vidéos PSSM de témoignages et fictions, scénarios de cas PSSM.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Ateliers et quizz
- Activités en sous-groupes, jeu de rôle, simulation, jeux.
- Exercices d'application du plan d'action PSSM.
- Outils pédagogiques : un manuel des PSSM par personne.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation des acquis se fait à partir d'exercices pratiques proposés et des temps d'échange dans le groupe :

- Feuilles de présence
- Questions orales ou écrites
- Mises en situation
- Formulaire d'évaluation avant et après la formation

Un Quizz pratiqué au début de la formation et revisité à la fin, permet au participant de mesurer l'impact de la formation sur ses représentations en ce qui concerne les troubles psychiques.

Un questionnaire d'évaluation est rempli en ligne sur le site de PSSM France, après la formation. Ce questionnaire permet d'évaluer la pertinence des méthodes et des transferts, et au participant de s'auto-évaluer sur son niveau de confiance pour intervenir dans des situations de besoin.

Le stagiaire pourra éditer son attestation de Secouriste en Santé Mentale en ligne après avoir complété le questionnaire d'évaluation.

PRÉREQUIS

- Pas de pré requis.

SUPPORTS DE FORMATION

- Powerpoint PSSM, vidéos PSSM de témoignages et fictions, scénarios de cas PSSM.
- Un manuel des PSSM par personne.
- Scripts d'exercices types, protocoles rédigés et fiches techniques.
- **Moyens pédagogiques** : salle équipée, vidéo projecteur, paperboard.

DURÉE

- 14 heures en présentiel réparties :
- Soit sur 2 jours consécutifs ou non dans un délai de 15 jours maximum
- Soit sur 4 demi-journées dans un délai de 1 mois maximum.

TARIF

Suivant devis personnalisé

LES + DE CETTE FORMATION

Les secouristes obtiennent des connaissances générales sur le champ de la santé mentale, notamment à propos des quatre troubles psychiques les plus fréquents (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques et liés à l'utilisation de substances), et apprennent à appliquer une méthode pour intervenir face à une personne en crise ou en difficulté.

Un apport de connaissances prouvées scientifiquement et réactualisées en permanence

Une démarche pédagogique participative pour

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème (voire 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.

Pour chaque secouriste :

- Création d'un espace personnel sur le site de PSSM France avec accès illimité à toutes les ressources actualisées concernant la santé mentale.
- Remise du manuel du Secouriste en Santé Mentale (150 pages)

ACCESSIBILITÉ

En situation de handicap ? N'hésitez pas à nous contacter pour préparer votre accueil.

DÉLAI D'ACCÈS/ RÉACTIVITÉ

Environ 3 semaines en fonction des délais d'acceptation des financements et de la commande des manuels de Premiers Secours en Santé Mentale.

INTERVENANTE



Bragulat Sabine

sabine.bragulat@gmail.com
0677917789

EN SAVOIR PLUS



[Sapie/Formatrice : Bragulat Sabine](#)
[Sapie/Formation : Premiers Secours en Santé Mentale](#)

[PSSM France](#)