

# Premiers Secours en Santé Mentale

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.

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

## OBJECTIFS

- ✓ 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

## CONTENU

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
- Attaques de panique
- Événements traumatiques
- États sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques



### Formateur

Sylvie Andry, formatrice accréditée PSSM France



formateur accrédité



### Durée

2 jours (14 heures)



### Public

Tout public  
12 stagiaires maximum



### Prérequis

Aucun



INTRA ou INTER-établissements



### Prix

INTRA : 1 500 €/jour pour le groupe  
tous frais inclus (frais du formateur et des manuels de formation PSSM France)

INTER : 300 €/jour/personne

L'ouverture d'un groupe en INTER est soumise à un nombre minimum de 8 inscrits

### Modalités techniques et pédagogiques

- Modalités de mise en œuvre : présentiel
- Éléments matériels et techniques : un manuel des PSSM par personne, vidéos PSSM de témoignages et fictions, scénarios de cas PSSM
- Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs : activités en sous-groupes, jeu de rôle, simulation, études de cas concrets, jeux, exercices d'application du plan d'action PSSM

### Suivi et évaluation des acquis

- Recueil des attentes du commanditaire et des stagiaires
- Suivi de l'exécution de l'action : émargement par demi-journée
- Évaluation des acquis à l'entrée et en fin de formation : quiz au début et à la fin
- Évaluation des acquis en continu : exercices pratiques, échanges avec le groupe
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'une attestation de fin de formation : questionnaire