



Premiers Secours en Santé Mentale France

APPRENDRE À AIDER

Présentation

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 une personne en difficulté.

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. Il s'inspire de la formation aux premiers secours physiques, mais intègre une logique d'urgence différente : un secouriste en santé mentale devra souvent intervenir à plusieurs reprises pour écouter, rassurer et accompagner la personne concernée vers le soin.

Dans un contexte sociétal de minimisation et de stigmatisation des troubles psychiques, se former aux premiers secours en santé mentale s'inscrit dans une démarche citoyenne.

Nous pouvons tous agir à notre niveau !



A qui s'adresse cette formation ?

La formation aux Premiers Secours en Santé Mentale s'adresse à tous à partir de 18 ans.

La santé mentale concerne l'ensemble du grand public, puisque les troubles psychiques sont les pathologies les plus répandues : selon l'OMS, l'Organisation Mondiale de la Santé, un être humain sur quatre souffrira au cours de sa vie, soit d'un épisode pathologique, soit d'un trouble persistant.

Prérequis

Il n'y a aucun prérequis spécifique pour suivre cette formation.

Durée

2 journées consécutives, soit 14 heures de formation.

Modalités d'inscription

Les inscriptions sont réalisées à partir de l'annonce des dates. Sous réserve de places disponibles, elles sont possibles jusqu'à 3 jours avant le début de la formation.

Les inscriptions ne sont effectives qu'à réception de la convention signée pour les inscriptions individuelles.

La formation est ouverte avec un minimum de 08 participants.
Le groupe est limité à 16 participants.

Lieu de formation et accessibilité

La formation se déroule à Perpignan (Salle de 80m²) / Parking gratuit.
La salle est accessible aux personnes en situation de handicap.
Un échange téléphonique est souhaitable pour toutes questions spécifiques.

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 de l'information.
- Mieux faire face aux comportements agressifs.



Programme 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 :

Module 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

Module 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

Module 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



Module 4 :

Le plan d'actions PSSM pour les troubles psychotiques

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

Troubles liés à l'utilisation de substances

- Signes, symptômes
- Interventions

Le plan d'actions 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

Méthodologie pédagogique

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.

L'objectif de l'association aujourd'hui est de mettre en place de nouvelles formations, de mieux en évaluer l'impact, mais aussi et surtout de pouvoir compter sur un nombre toujours plus grand de secouristes formés.

Durant les deux journées, chaque élément de contenu fait l'objet d'une présentation d'outils et de méthodologies de mise en œuvre.

Une démarche pédagogique participative est mise en œuvre afin de :

- 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

Réalisation en intra

Dans le cadre d'une réalisation en intra, un entretien avec la direction est nécessaire afin d'appréhender les situations spécifiques avant la réalisation de la formation.

Fin de formation et évaluation des acquis

Un quiz est réalisé en fin de formation afin de s'assurer de l'appropriation des concepts et outils présentés.



Formation de **Premier Secours en Santé Mentale**

Page
5 / 5

Reconnaissance de la formation

Une attestation de Secouriste en Santé Mentale PSSM France est délivrée en fin de formation par PSSM France.

Prix et modalités

Il n'est pas possible de mobiliser les heures de votre CPF pour suivre cette formation.

Dans le cadre de la formation continue :

250 € Net de Charge par personne pour les deux journées (14 H de formation)

Dans le cadre d'une prise en charge individuelle :

250 € Net de Charge par personne pour les deux journées (14 H de formation)

Repas

Les repas sont pris en commun dans un espace dédié pendant un pause d'une heure (plateau repas).

Les repas sont à la charge des stagiaires.

Intervenante :

Anne Lise L'HUILLIER :

- Formatrice accréditée par PSSM France
- Educatrice Spécialisée (IRTS Perpignan)
- Master 2 Pratique de l'intervention sociale (UPVD)
- Coach Certifiée (Ecole supérieure de Coaching)
- Auteure du Roman : L'Inconfort d'être soi, Editions Cap Béar



Tel : 07.84.35.53.35

Mail : info@allcoaching.fr