



Premiers Secours en Santé Mentale





PROGRAMME / CONTENU

La formation apprend **comment fournir un soutien initial** aux personnes confrontées aux différents stades d'un **trouble de santé mentale** :

Introduction et aperçu des sessions

1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions

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

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

2.1 – Le plan d'action pour la dépression

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

2.2 – Les troubles anxieux

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

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*



3.2 – Les troubles psychotiques

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

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)

4.2 – L'utilisation des substances et le plan d'action

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
 - > *Signes et 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)

MÉTHODES / MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

- Alternance d'exposés théoriques (présentation projetée) et d'exercices (vidéos pédagogiques, activités de groupe) pour faciliter les apprentissages des stagiaires.
- Des mises en situation pratiques (type « jeux de rôle ») sont proposées lors de la formation pour une expérimentation des animations.
- Les instructeurs proposent régulièrement des réveils pédagogiques aux stagiaires, par des méthodes actives (ex : création d'un mime, jeu ludique).
- Un support pédagogique imprimé PSSM France est remis aux stagiaires.
- Salle de formation équipée de vidéoprojecteur

MODALITE D'EVALUATION ET SUIVI

Test d'auto-positionnement • Feuille d'émargement • Questionnaire de fin de formation • Questionnaire de satisfaction • Questionnaire à froid • Rapport du formateur • Appréciation du commanditaire