



# 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'émergence • Questionnaire de fin de formation • Questionnaire de satisfaction • Questionnaire à froid • Rapport du formateur • Appréciation du commanditaire