Programme de Formation

Premiers secours en santé mentale (PSSM)

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Toute personne souhaitant acquérir les gestes de premiers secours en santé mentale

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.
- Tester et s'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

Description

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

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…)

Prérequis

Communiquer en français

Modalités pédagogiques

Formation en salle avec un minimum de 8 participants et maximum 16

Formation sur 14h qui peut être réalisée sur 4 demi-journées

Moyens et supports pédagogiques

Formation en face à face en salle avec apports théoriques, mises en situation et jeux de rôles.

Modalités d'évaluation et de suivi

Remise d'un support PSSM et d'un certificat de secouriste Premiers secours en santé mentale.