

Premiers Secours Santé Mentale (Module Standard)

Durée
1 session = 14 heures sur 2 jours
Public
Tout public (+ de 18 ans)
Prérequis
Aucun prérequis
Format
Présentiel
Dates et lieu
A définir avec le commanditaire, possibilité de déplacement sur la France entière
Prix
250 euros / stagiaire / 2 jours
Possible en intra (tarif sur devis)
Nombre de participants
8 à 12
Adaptation/Accessibilité
A étudier avec la formatrice en amont de la formation

Contexte :

En France, 1 personne sur 5 souffre de problème de santé mentale. La dépression, l'anxiété, l'usage de substances sont les troubles psychiques les plus répandus.

En 2022, les problèmes en lien avec la santé mentale sont la première cause d'arrêt maladie, ce sont aussi le premier motif d'arrêt de longue durée.

Nous pouvons être amené à faire face à la détresse psychique d'un proche, d'un collègue ou bien d'une personne que nous côtoyons temporairement.

Dans un contexte sociétal de stigmatisation des troubles psychiques, se former aux premiers secours en santé mentale s'inscrit dans une démarche citoyenne. Aidez-quelqu'un qui ne va pas bien, ça s'apprend : et si vous deveniez secouriste en santé mentale ?

Objectifs de la formation :

- Repérer les troubles en santé mentale.
- Développer des compétences relationnelles pour adapter son comportement à la situation.
- S'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat.
- Identifier les ressources disponibles pour aider la personne.

Méthodes pédagogiques et suivi :

Apports théoriques ; vidéos ; jeux de rôle ; étude de cas.

Un exemplaire du manuel du secouriste PSSM est remis à chaque stagiaire en début de formation.

Le dispositif a l'avantage de proposer à un niveau national des contenus de formation et supports pédagogiques homogènes et validés scientifiquement.

Modalités d'évaluation :

- Questionnaire de satisfaction en fin de formation.
- Quizz anonyme réalisé en début de formation et en fin de formation pour observer l'évolution du niveau de connaissance du groupe.

Attestation / Certification :

- Attestation de réalisation de la formation.
- Attestation de secouriste en santé mentale délivrée par PSSM France.

Intervenante

Caroline Cluzel, formatrice accréditée par PSSM France

Tél : 06 88 45 52 03

Mail : caroline.cluzel@laposte.net

Programme de formation :

Les secouristes obtiennent **des connaissances générales** sur le champ de la santé mentale, notamment à propos des quatre troubles psychiques les plus fréquents (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques et liés à l'utilisation de substances), et apprennent à appliquer **une méthode pour intervenir** face à une personne en crise ou en difficulté.

Journée 1 (7 heures)

Matin

- Introduction à la santé mentale.
- Les Premiers Secours en Santé Mentale.
- Le trouble dépressif : signes et symptômes, interventions efficaces.

Après-midi

- La crise suicidaire : repères pour évaluer et assister.
- Le plan d'action pour le trouble dépressif hors crise.
- Les troubles anxieux : signes et symptômes, interventions efficaces.

Journée 2 (7 heures)

Matin

- Attaques de paniques et chocs post-traumatiques : repères pour évaluer et assister.
- Le plan d'action pour les troubles anxieux hors crise.
- Les troubles psychotiques : signes et symptômes, interventions efficaces.

Après-midi

- La crise psychotique sévère : repères pour évaluer et assister.
Le plan d'action pour le trouble psychotique hors crise.
- Les troubles liés à l'utilisation de substances : signes et symptômes, interventions efficaces.
- Crises liées à l'utilisation de substances : intoxication, urgence médicale et conduites agressives.
Le plan d'action pour les troubles liés à l'utilisation de substances hors crise.