Formation

Premiers Secours en Santé Mentale

Module Standard

1. Présentation de la formation

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 premiers secours qui, eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

2. Objectifs opérationnels et évaluables

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier les principaux troubles de santé mentale (dépression, troubles anxieux, troubles psychotiques, troubles liés à l'usage de substances)
- Repérer les signes d'une crise (crise suicidaire, attaque de panique, crise psychotique, crise d'agressivité)
- Mettre en œuvre le plan d'action AERER
- Adopter une posture d'écoute active, sans jugement et sécurisante
- Orienter la personne vers les ressources et aides professionnelles adaptées

3. Public visé : Tout public à partir de 18 ans

4. Pré-requis : Aucun pré-requis.

5. Durée et organisation

- 14 heures
- 2 journées consécutives ou 4 demi-journées
- En présentiel

Nombre de participants : **entre 8 et 16** (conforme aux exigences PSSM France).

6. Modalités et délais d'accès

L'inscription s'effectue :

- Directement en ligne via le site internet
- Par demande de devis (entreprise)

Après inscription :

- Envoi d'une confirmation écrite par mail
- Transmission de la convention ou du contrat à signer
- Envoi des informations pratiques et du règlement intérieur via la convocation à J-7 au plus tard.

Délai d'accès

- Inscription possible jusqu'à 5 jours avant la session
- Délai moyen d'accès : 2 sessions organisées en inter par an (cf calendrier).

7. Contenu détaillé

Demi-journée 1

- Introduction à la santé mentale
- Interventions efficaces
- Présentation du plan d'action AERER
- Dépression : signes, symptômes, interventions

Demi-journée 2

- Plan d'action pour la dépression
- Crise suicidaire : présentation- Assister
- Troubles anxieux : présentation et interventions

Demi-journée 3

- Plan d'action pour les troubles anxieux
- Attaque de panique : présentation - Assister
- État de stress post-traumatique : présentation- Assister
- Troubles psychotiques : signes et symptômes

Demi-journée 4

- Plan d'action pour les troubles psychotiques
- Troubles liés à l'usage de substances : signes et symptômes
- Crises d'agressivité
- Urgences médicales
- Synthèse et clôture

8. Méthodes pédagogiques mobilisées

La formation repose sur une pédagogie active et participative :

- Apports théoriques structurés
- Études de cas
- Jeux de rôle encadrés
- Mises en situation
- Travaux en sous-groupes
- Échanges d'expérience
- Manuel officiel PSSM remis à chaque participant

9. Modalités d'évaluation

- Quiz d'auto-positionnement en début de formation
- Recueil des attentes en début de session afin d'ajuster les mises en situation et exemples mobilisés durant la session.
- Validation progressive des acquis à travers les exercices, jeux de rôle et études de cas
- Post-test en fin de formation permettant de mesurer l'acquisition des connaissances
- Questionnaire de satisfaction à chaud

Une attestation de participation est délivrée à l'issue de la formation.

10. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Les participants sont invités à signaler toute situation de handicap lors de l'inscription. Un échange préalable permet d'identifier les besoins spécifiques et de mettre en place les adaptations nécessaires (supports, organisation, rythme).
Référente handicap : Françoise Bourgouin

11. Profil de la formatrice

Formation animée par Françoise Bourgouin, formatrice accréditée par PSSM France.
Professionnelle de l'accompagnement et de la formation.

12. Indicateurs de résultats

Les indicateurs de satisfaction et de participation sont communiqués sur demande et disponibles dans le bilan annuel qualité (taux de satisfaction à chaud, taux de participation, nombre de stagiaires formés annuellement).

13. Financement

❌ Cette formation n'est pas éligible au CPF.
D'autres modalités de financement sont possibles selon votre situation (entreprise, OPCO, financement personnel).