Premiers Secours en Santé Mentale

Module Standard

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 premier secours qui apportent une aide physique à une personne en difficulté.

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 des informations adaptées.
- Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre.

CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION La formation apprend comment fournir un soutien initial aux personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

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...)

Conditions d'accès à la formation

PUBLIC : Tout public à partir de 18 ans.

PRÉ-REQUIS : Pas de pré-requis, accessible aux personnes en situation de handicap.

DURÉE: 14 heures (2 jours non consécutifs).

PROFIL FORMATEUR : Formateur accrédité par PSSM France.

Modalités techniques et pédagogiques

La formation est organisée autour de mises en situation pratiques. Un quizz d'évaluation des connaissances démarre la formation, un autre la finalise. Des apports théoriques sont transmis tout au long de la formation sur les différentes thématiques par le biais de jeux et d'analyses de mises en situations. Un manuel est remis au participant dès le démarrage de la formation avec toutes les informations théoriques.

Cette modalité d'apprentissage permet aux participant(e)s de recevoir du feedback pendant la formation sur les points forts et les points d'amélioration. Elle permet également l'application directe des éléments abordés en formation sur des situations réelles.

Tarif Inter-entreprise : 500€ TTC/personne.
Intra-entreprise : nous consulter.

Il n'est pas possible de mobiliser les heures de votre cpf pour suivre cette formation.