

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 de l'information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

## Conditions d'accès

<p><b>PUBLIC</b></p> <p>Tout public à partir de 18 ans</p>	<p><b>NOMBRE DE PLACES DISPONIBLES</b></p> <p>8 à 16 stagiaires</p>
<p><b>PRE REQUIS</b></p> <p>Pas de pré requis</p>	<p><b>DURÉE / LIEU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 jours consécutifs ou 2 jours non consécutifs (sur une quinzaine)</li> <li>• Sur site client région Grand Est</li> </ul>

## Éléments forts

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale

## Programme

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...)**

## **Moyens pédagogiques**

- Apports théoriques liés à des situations vécues
- Débats à partir de supports vidéo
- Échanges sur les expériences et interactivité
- Démarche pédagogique participative
- Prendre confiance dans l'interaction avec les personnes
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale

## Méthode d'évaluation

- Évaluation des acquis de la formation : participation active
- Test de connaissances : questionnaire en début et en fin de formation, comparaison des réponses en fin de formation
- Évaluation des stagiaires en fin de formation : questionnaire de satisfaction et autoévaluation des objectifs
- Évaluation de la pertinence, la cohérence et le déroulement de la formation sur le site PSSM France



## Intervenants

- Formatrice accréditée par PSSM France



**En intra sur demande**

**Merci de nous contacter**

**[formation.albert-thomas@alefpa.fr](mailto:formation.albert-thomas@alefpa.fr)**



*Personne en situation de handicap : Merci de bien vouloir nous contacter pour convenir des possibilités d'adaptations éventuelles.*

**Albert Thomas Formation**

[formation.albert-thomas@alefpa.fr](mailto:formation.albert-thomas@alefpa.fr)

**ALEFPA**

Centre Vauban, Bât. Lille  
199 - 201 rue Colbert  
CS60030 - 59 043 Lille Cedex