



## PROGRAMME DE FORMATION

### **Premiers Secours en Santé Mentale**

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.

#### Objectifs

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage
- Développer des compétences relationnelles pour apporter une aide
- Informer, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats, et en cas de crise, relayer au service le plus adapté
- Mieux faire face aux comportements agressifs
- Maîtriser un plan d'action, pour apporter un soutien immédiat

# Programme

## Module 1

- Introduction à la santé mentale et aux interventions
  - Troubles psychiques : définition état des lieux
  - Facteurs de risques, statistiques et conséquences
  - Intervention en santé mentale
- Premiers secours en santé mentale
  - Cadre des premiers secours en santé mentale
  - Le plan d'action PSM
- Dépression
  - Signes et symptômes
  - Intervention
- Le plan d'action PSSM pour la dépression et la crise suicidaire
  - Premiers secours dans le cas d'idées et de comportements suicidaires
  - Premiers secours pour la dépression (hors crise)

## Module 4

- Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
  - Premiers secours dans la crise psychotique sévère
  - Premiers secours pour les troubles psychotiques (hors crise)
- Troubles liés à l'utilisation de substances
  - Signes et symptômes
  - Intervention

## Module 2

- Troubles anxieux
  - Signes et symptômes
  - Intervention

## Module 3

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et choc post- traumatique
  - Premiers secours pour les troubles anxieux (hors crise)
  - Premiers secours dans la crise d'attaque de panique
  - Premiers secours dans la crise après un événement traumatique
- Troubles psychotiques
  - Signes et symptômes
  - Intervention

- Le plan d'action PSSM pour les troubles liés à l'utilisation de substances
  - Premiers secours pour les troubles liés à l'utilisation de substances
  - Premiers secours en cas d'intoxication à la substance
  - Premiers secours dans les conduites agressives
  - Urgences médicales

## Méthodes et moyens pédagogiques

Une démarche pédagogique participative avec de nombreuses mises en situation, des vidéos et des quizz 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 et renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale.

## Modes d'évaluation

Une grille d'évaluation "à chaud" de la formation sera complétée par le participant sur les conditions de déroulement de l'action (organisation, pédagogie...). Un bilan de positionnement initial et final permettant de confirmer l'atteinte des objectifs de la formation sera complété par le participant et validé par le formateur.



### Prérequis

Pas de prérequis particulier pour cette formation.



### Durée

2 jours  
soit 14 heures



### Lieu

Alpes-Maritimes  
(06)



### Sanctions

Certificat de réalisation individuel remis à l'issue de la formation.



### Modalités d'accès

Nos formations sont accessibles à tous. Pour toute situation particulière nécessitant une adaptation, merci de nous contacter.



### Intervenante

Christine Magat :  
Psychologue du travail,  
Victimologue, Maître  
praticienne en PNL,  
formatrice en PSSM.



### Public

Tout public.