PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE - PSSM

Agréée PSSM FRANCE

Réf	Modalité	Durée	Nb stagiaires
RRHPSSM-IMP14	Présentiel	2.0 jour(s) - 14.0h	16

OBJECTIFS

A l'issue de cette formation vous serez capable de :

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale.
- Savoir identifier les signes et symptômes des différents troubles abordés.
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner des informations adaptées.
- S'approprier le plan d'actions PSSM pour pouvoir intervenir en cas de crise et hors crise.
- Connaitre le plan d'actions PSSM en cas de crise et hors crise.

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Public

Adultes majeurs.

Pré-requis

Aucun.

CONTENU

Introduction à la santé mentale et aux interventions

Les données chiffrées sur la santé mentale en France (facteur de risque, stats, conséquences).

- Mieux comprendre les facteurs de risque associés à la santé mentale.
- Mieux comprendre la prévalence et les conséquences des troubles.
- Mieux comprendre les interventions possibles pour se rétablir.

Introduction aux premiers secours en santé mentale

- Définir le rôle du secouriste.
- Découvrir le plan AERER.

- Présentation de la dépression :
  - Signes et symptômes.
  - Interventions.

Plan d'actions pour la dépression

- Rappel rapide sur la Dépression.
- Réviser le plan AERER.
    - Mieux connaitre la dépression.
- Appliquer l'action 1 pour la dépression (approcher, évaluer et assister en cas de crise) pour la dépression.
- Réfuter les mythes populaires autours du suicide.
- Définir le rôle du secouriste face à la crise suicidaire.
- Appliquer les premiers secours en cas de crise suicidaire.

PSSM pour la dépression & présentation des troubles anxieux

- Appliquer PSSM pour aider quelqu'un qui est en dépression (hors crise).
- Comprendre que AERER peut être appliqué dans le désordre et à différentes occasions.
- Approfondir l'écoute active et sans jugements et prendre conscience des attitudes non-verbales
- Mieux connaitre les troubles anxieux.
- Apprendre les signes symptômes et les interventions efficaces pour les troubles anxieux.
- Apprendre les interventions efficaces pour les troubles Anxieux.

Action 1 pour les troubles anxieux, les attaques de panique et les chocs post-traumatiques

- Rappel des troubles anxieux.
- Appliquer l'action 1 « Approcher, évaluer… » pour les troubles anxieux.
- Appliquer les premiers secours en cas d'attaque de Panique.
- Mieux connaitre les événements traumatiques.
- Appliquer les premiers secours après un événement traumatique, directement après l'événement ou dans les semaines qui suivent.

PSSM pour les troubles anxieux, présentation des troubles psychotiques

- Réviser AERER.
- Appliquer le plan d'action PSSM (AERER) avec quelqu'un qui présente un problème d'anxiété (hors crise).
- Mieux connaitre les troubles psychotiques.
- Réfuter certains mythes populaires autours des troubles psychotiques.
- Apprendre les signes, symptômes et les interventions possibles dans la psychose.

Action 1 pour les troubles psychotiques en cas de troubles psychotiques sévères et sans crise

- Rappel des troubles psychotiques.
- Révision AERER.
- Appliquer l'action 1 avec une personne touchée par un trouble psychotique.
- Appliquer les premiers secours d'urgence en cas de crise psychotique sévère.
- Utiliser le plan AERER auprès d'une personne touchée par un trouble psychotique qui n'est pas en crise.

Troubles liés à l'utilisation de substances, présentation et PSSM

- Connaître les signes, symptômes et interventions possibles pour le trouble lié à l'utilisation de substances.
- Appliquer l'action 1 « Approcher… ».
- Savoir évaluer et intervenir face à une intoxication ou à une urgence médicale causée par l'intoxication.
- Apprendre à désamorcer les conduites agressives.
- Appliquer PSSM pour aider une personne touchée par un trouble lié à l'utilisation de substances.

PÉDAGOGIE

- Mise en pratique du plan d'action PSSM.
- Etudes de cas concrets.
- Jeux de rôles.
- Quizz.
- Vidéos pédagogiques (témoignages...).

GESTION DES ACQUIS

Méthodes d'évaluation

- **Evaluation pré-formative** : Une grille d'auto-positionnement est transmise aux apprenants en amont de la formation pour faire un auto-diagnostic de leurs compétences.
- **Évaluation de suivi** : Évaluation du développement des compétences via la grille d'auto-positionnement remplie à l'issue de la formation. Évaluation à chaud de satisfaction fournie par REZO.
- **Évaluation des acquis** : Le/la formateur/trice remplit à son tour une grille de validation des acquis basée sur les compétences et connaissances acquises.

Chaque stagiaire ayant participé aux 4 demi-journées reçoit un certification de réalisation et une attestation de secourisme en santé mentale délivrée par « PSSM France ».

FORMATEUR ET PARTENAIRE

Cette formation est co-animée par un formateur et une formatrice agrées PSSM France (Premiers Secours en Santé Mentale) sans réserve, avec une approche pédagogique pragmatique, simple, dynamique et illustrée.

MODALITÉS

La session devra compter entre 8 et 16 inscrits.

- Sur les sessions INTER, le prix de la place inclut le prix du livret de formation à 30€.
- Sur les sessions INTRA, 30€ pour le livret de formation seront à ajouter pour chaque participant inscrit.

ACCESSIBILITÉ

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement afin d'étudier ensemble les solutions.