

PREMIERS SECOURS en SANTÉ MENTALE (PSSM)

CODE : F-RP-PSSM

Public

Tout public

Prérequis

Aucun

Effectifs

De 4 à 10 personnes maximum

Durée

14 heures (2 jours)

Démarche

En amont : État des lieux (analyse de la demande, analyse de besoins auprès des stagiaires)

En aval : Bilan de formation, évaluation des résultats

Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques, d'exercices, de vidéos et d'échanges

Travail en sous-groupes, jeux de rôles

Remise du manuel PSSM (150 pages) à la fin de la formation

Méthodes d'évaluation

La validation des acquis se fait tout au long de la formation à partir d'exercices pratiques, de temps d'échanges dans le groupe et d'un quiz d'autoévaluation au début et en fin de formation.

Formateur :

Accrédité par PSSM France

Les Premiers Secours en Santé Mentale sont l'équivalent en santé mentale des gestes de premiers secours qui apportent une aide physique à une personne en difficulté. Ils constituent l'aide qui peut être 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. Ils sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée, ou jusqu'à ce que la crise soit résolue.

Objectifs

- Acquérir les 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 quant aux ressources disponibles,
- Mieux faire face aux comportements agressifs,
- Tester et s'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale.

Contenu

Des troubles de santé mentale émergents :

- Dépression
- Problèmes d'anxiété
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance
- Crises en santé mentale

Pensées et comportements suicidaires

- Attaques de panique
- Évènements traumatiques
- États sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques
- Conduites agressives

Le contenu est abordé selon une démarche pédagogique participative qui permet de :

- 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

2022/PG/F-RP-PSSM V1