

FICHE PROGRAMME

Thème : PREMIERS SECOURS EN SANTE 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 psychique ou qui traverse une crise de santé mentale. Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée. Ils sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premiers secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

Public : Tous publics

Prérequis :

- Avoir plus de 18 ans
- Aucun niveau de connaissance préalable

Objectifs de la formation :

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Identifier différents types et situations de crises en santé mentale
- Savoir comment agir en fonction des différents types ou situations 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
- Pouvoir informer et lutter contre la méconnaissance et la stigmatisation des troubles psychiques
- Connaître des professionnels ou interlocuteurs à contacter en cas de besoin (dégradation de la santé mentale, développement d'un trouble, crise)

Points forts :

Une démarche pédagogique participative pour :

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

Contenu :

Introduction à la santé mentale et aux interventions

- Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)
- Interventions efficaces

Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Premiers Secours en Santé Mentale
 - Cadre des premiers secours en santé mentale
 - Le plan d'action AERER

Le trouble dépressif

- Présentation de la dépression
 - Signes et symptômes
 - Types interventions
 - Les professionnels et ressources
- Le plan d'action pour la dépression (hors crise)
- Situation de crise : Pensées et intentions suicidaires
 - Présentation – Identifier la crise et évaluer l'urgence
 - Assister

Le trouble anxieux

- Présentation du trouble anxieux
 - Signes et symptômes
 - Types interventions
 - Les professionnels et ressources
- Le plan d'action pour le trouble anxieux (hors crise)
- Situation de crise : Attaque de panique
 - Présentation – Identifier la crise et évaluer l'urgence
 - Assister
- Situation de crise : Crise après un événement traumatique
 - Présentation – Intervenir juste après et/ou à postériori
 - Assister

Les troubles psychotiques

- Présentation des troubles psychotiques
 - Signes et symptômes
 - Types interventions
 - Les professionnels et ressources
- Le plan d'action pour les troubles psychotiques (hors crise)
- Situation de crise : Crise psychotique sévère
 - Présentation – Identifier la crise et évaluer l'urgence
 - Assister

Les troubles liés à l'utilisation de substances

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
 - Signes et symptômes
 - Types interventions
 - Les professionnels et ressources
- Le plan d'action pour les troubles liés à l'usage de substances (hors crise)
- Situation de crise : Conduites agressives
 - Présentation – Identifier la crise et évaluer l'urgence
 - Assister
- Situation de crise : Urgence médicale
 - Présentation – Identifier et agir de façon à faciliter l'intervention des secours médicaux
 - Assister

Clôture de la formation

- Questions / Réponses
- Temps d'échanges
- Retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...)

Méthodologie :

- Apports didactiques
- Alternance théorie et pratique
- Documents remis aux stagiaires : Le stagiaire reçoit un manuel détaillé
- Documents supports de formation projetés : vidéo et diaporama
- Mise en situation pratique
- Quizz en salle

Modalités :

Formation en présentiel – Groupe (max. 16 part.)

Attestation et émargement :

Au cours de la formation, le stagiaire est tenu de signer la feuille d'émargement (matin et après-midi). Le stagiaire complète la fiche d'évaluation de la formation et la fiche d'auto-évaluation. En fin de formation, une attestation de participation est délivrée au stagiaire.

Durée : 14h réparties sur 2 jours consécutifs ou non (15 jours d'intervalle max.), ou 4 demi-journées sur une période d'un mois maximum.

Equipe pédagogique :

La formation est animée par une **formatrice accréditée PSSM France :**

Magali Maceli

Dr en Sciences de l'information et de la communication / Sciences Humaines et sociales

Formatrice accréditée PSSM France

Consultante - Formatrice & Conférencière

Cabinet Equilibre - Ressources & Développement
4 rue Saint Côme – 45000 Orléans
formation@cab-equilibre.fr | 06.80.93.62.59