

# Organisme de formation en santé mentale du Centre Hospitalier La Chartreuse

1 boulevard Chanoine Kir  
21033 DIJON CEDEX  
Email : mathilde.messelet@chcdijon.fr  
Tel : +33380424812



## PSSM

### Premiers secours en santé mentale - Module Standard

*Le programme de Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.*

**Durée:** 14.00 heures (2.00 jours)

#### Profils des apprenants

- Tout public à partir de 18 ans.
- Demandeur d'emploi,
- Professionnel,
- Salarié.

#### Prérequis

- Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

#### Accessibilité personnes en situation de handicap

Vous êtes dans une situation passagère ou définitive de handicap et avez besoin de conseils et/ou d'une aide spécifique. En toute confidentialité, vous contacter le référent handicap au 03 80 42 48 12 pour évaluer ensemble, la possibilité d'adaptation de votre formation choisie à vos besoins.

#### Délai d'accès

Nos formations sont accessibles par le biais de sessions organisées en inter-entreprises plusieurs fois dans l'année, ou en intra-entreprise sur demande des clients pour des formations standards ou personnalisées.

Sauf cas particulier, le délai d'accès de nos formation tient compte de différentes formalités et est au minimum de 2 semaines

#### Qualité et indicateurs de résultats

98,5% des stagiaires recommandent la formation de secourisme en santé mentale

### 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

### Contenu de la formation

Organisme de formation en santé mentale du Centre Hospitalier La Chartreuse | 1 boulevard Chanoine Kir | 21033 DIJON CEDEX |  
Numéro SIRET : 26210006800010 | Numéro de déclaration d'activité : 26210335521 (auprès du préfet de région de : Bourgogne Franche Comté)  
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

# Organisme de formation en santé mentale du Centre Hospitalier La Chartreuse

1 boulevard Chanoine Kir

21033 DIJON CEDEX

Email : mathilde.messelet@chcldijon.fr

Tel : +33380424812



- Introduction et aperçu des sessions
- 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
  - Présentation de la dépression > Signes et symptômes > Interventions
- Le plan d'action pour la dépression
  - Rappel de la dépression
  - Action 1 pour la dépression
  - Crise suicidaire : Présentation - Assister
- Les troubles anxieux
  - Présentation des troubles anxieux
  - Signes et symptômes
  - Interventions
- 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
- Les troubles psychotiques
  - PSSM pour les troubles anxieux (suite)
  - Présentation des troubles psychotiques > Signes et symptômes > Interventions
- 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)
- 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...)

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

Mathilde MESSELET, chargée de développement, référente pédagogique et handicap

Formateurs accrédités par PSSM France

### Ressources pédagogiques et techniques

## Organisme de formation en santé mentale du Centre Hospitalier La Chartreuse

1 boulevard Chanoine Kir

21033 DIJON CEDEX

Email : mathilde.messelet@chcdijon.fr

Tel : +33380424812



- 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
- Apports théoriques liés à des situations vécues
- Débats à partir de supports vidéo
- Échanges sur les expériences et interactivité
- Livret pédagogique PSSM France remis à chaque stagiaire

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Évaluation des acquis de la formation : participation active