



FORMASANTE  
50 Rue tudelle  
45100 Orléans  
www.formasante.fr

**Téléphone** : 02 38 56 01 01

**E-mail** : urgences@formasante.fr

## Premiers secours en santé mentale (PSSM)

### INFORMATIONS :

**Public :**

Tout public

Si non spécifié, pas de pré-requis

**Durée** : 14h

**Intervenant :**

Formateur accrédité par PSSM France

### CONTEXTE :

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 de santé mentale, ou qui est dans une phase de crise de santé mentale. Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée, ou jusqu'à ce que la crise soit résolue. Ils sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premier secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

**Le saviez-vous ?** Selon l'OMS, – 1 Européen sur 4 est touché par des troubles psychiques au cours de sa vie.

Formation proposée par [INFOR Santé](#) : organisme du groupe ASF spécialisé en santé mentale

### LE + DE LA FORMATION

Formation centrée sur la pratique, elle apprend comment fournir un soutien initial aux personnes entrant dans la maladie mentale, confrontées à la décompensation d'une pathologie existante ou faisant face à une crise.

---

## Premiers secours en santé mentale (PSSM)

---

### OBJECTIFS :

---

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté 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 qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

### PROGRAMME :

---

#### Jour 1 Module 1,1

- **Troubles psychiques** – Facteurs de risque, statistiques et conséquences – Interventions – Rétablissement

#### Module 1,2

- **Premiers Secours en Santé Mentale** – Pourquoi PSSM ? – Le plan d'action PSSM

#### Module 2,1

- **Dépression** – Signes et symptômes – Interventions

#### Module 2,2

- **Le plan d'action PSSM pour la dépression** – Premiers Secours dans le cas d'idées et de comportements suicidaires. – Premiers Secours dans la crise d'automutilation non-suicidaire (contenu alternatif) – Premiers Secours pour la dépression

#### Jour 2 Module 3,1

- **Troubles anxieux** – Signes et symptômes – Interventions

---

## Premiers secours en santé mentale (PSSM)

---

### Module 3,2

- **Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux** – Premiers Secours dans la crise d'attaque de panique. – Premiers Secours dans la crise après un événement traumatique (contenu alternatif)

### Module 4,1

- **Troubles psychotiques** – Signes et symptômes – Interventions
- **Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques** – Premiers Secours dans la crise psychotique sévère

### Module 4,2

- **Trouble lié à l'utilisation de substances** – Signes, symptômes et Interventions
- **Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances** – Premiers Secours dans la crise liée à l'utilisation de substances – Premiers Secours dans les conduites agressives

## NOTRE DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE —

### 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