

## Missions

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 premiers secours qui apportent une aide physique à une personne en difficulté.

**Le module Jeunes a été spécifiquement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs.**

## Objectifs de la formation

- 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
- Tester et s'appropriier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale
- Adopter une posture sécurisante pour tous

## Publics concernés

Tous publics à partir de 18 ans

## Conditions d'accès

Pas de pré-requis.

## Effectifs

Maximum : 16 stagiaires par session en présentiel

## Validation de la formation

Effectuer les 14 h de formation.

## Programme de formation

### JOUR 1 :

#### Demi-journée 1 :

- Introduction aux troubles psychiques et au développement de l'adolescent
- Premiers Secours en Santé Mentale : pourquoi PSSM ? / Le plan d'action PSSM

#### Demi-journée 2 :

- Dépression : signes et symptômes / Interventions
- Le plan d'action PSSM pour la dépression chez les jeunes
  - Premiers Secours en cas de crise pour les pensées et les comportements suicidaires,
  - Premiers Secours en cas de crise pour les automutilations non-suicidaires
- L'anxiété chez les jeunes : différents types de troubles anxieux : signes et symptômes
  - Interventions efficaces dans les troubles anxieux

### JOUR 2 :

#### Demi-journée 3 :

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux
  - Premiers Secours en cas de crise : état de stress post-traumatique
  - Premiers Secours en cas de crise : l'attaque de panique
- Les troubles des conduites alimentaires : les TCA et leurs signes
  - Les interventions efficaces pour les types de TCA
  - Le plan d'action PSSM pour les TCA

#### Demi-journée 4 :

- Troubles psychotiques : signes et symptômes / Interventions
- Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
  - Traitements efficaces et intervention précoce
  - Premiers Secours pour les troubles psychotiques
- Troubles liés à l'utilisation de substances : signes, symptômes et interventions
  - Informations générales et les signes d'abus de substances Comportements et addictions
  - comportementales
  - Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances
  - Premiers Secours pour l'intoxication à la substance.
  - Premiers Secours pour les conduites agressives
  - Premiers Secours pour l'urgence médicale et les pensées suicidaires

## Modalités pédagogiques

Une démarche pédagogique participative  
Apports théoriques liés à des cas pratiques, et débats à partir de supports visuels.

Echanges sur les expériences et interactivités avec par exemples des mises en situation et l'utilisation d'outils pédagogiques interactifs.

Prendre confiance dans l'interaction avec les personnes Revoir ses représentations concernant la santé mentale.

## Type d'intervenants

Formateur accrédité par PSSM FRANCE, programme conforme aux attendus de PSSM France.

La formation a lieu dans des salles adaptées..

## Documents remis et obligatoires

Attestation de secourisme en santé mentale (si validation des critères).

Guide PSSM fournit à chaque participant.

**Retrouvez tous les résultats de la formation sur le site internet de l'ERTS !**



### Inscription

Sur le site de l'ERTS



### Durée de la formation

14 heures (2 jours ou 4 demi-journées)



### Lieux

- ERTS d'Olivet (45)

Toute région Centre Val de Loire selon les besoins



### Contact

contact.formations@erts-olivet.org  
Tel : 02 38 69 17 45  
www.erts-olivet.org



## ERTS

2032 rue du Général de Gaulle - CS 60002  
45166 OLIVET Cedex

SIRET 489 270 017 000 10

L'ERTS est gérée par l'association ARDEQAF, loi 1901

