

Plongez au cœur de la formation premier secours en santé mental.

Ce programme, vise à doter les participants des premiers secours en santé mental – (PSSM)

1 - Objectifs pédagogiques

- Comprendre les enjeux de la santé mentale en milieu professionnel et dans la société
- Identifier les principaux troubles de santé mentale et situations de détresse psychique
- Repérer les signes précoces, les signaux d'alerte et les comportements à risque
- Adopter une posture d'écoute bienveillante et non jugeant
- Intervenir de manière adaptée en situation de crise psychique
- Orienter la personne vers les ressources et professionnels compétents

2 - Public et prérequis

Public cible :

Cette formation s'adresse à toute personne évoluant dans un environnement professionnel.

Prérequis :

Aucune expérience préalable n'est requise.

3 - Modalités

Accessibilité et délais d'accès

Délais d'accès moyens : 3 semaines selon calendrier

Handicap : une prise en charge spécifique est nécessaire en fonction du handicap et requiert une étude au préalable. Nous contacter.

Durée : 14 heures

Prix : 280€ HT par apprenant

Premier Secours en Santé Mental – (PSSM)

4 - Contenu de la formation

Module 1 : Notions fondamentales en santé mentale

- Définitions : santé mentale, bien-être psychique, trouble psychique
 - Représentations et idées reçues sur la santé mentale
 - Données clés et enjeux de la prévention en santé mentale
 - Facteurs de risque et facteurs de protection
 - Le rôle du secouriste en santé mentale
 - Cadre, limites et responsabilité de l'intervention
-

Module 2 : Comprendre les troubles de santé mentale

- Présentation des principaux troubles :
 - Troubles anxieux
 - Troubles dépressifs
 - Troubles psychotiques
 - Troubles liés à l'usage de substances
 - Manifestations, symptômes et impacts sur la vie personnelle et professionnelle
 - Différence entre mal-être passager et trouble psychique
 - Vulnérabilités spécifiques (stress, isolement, surcharge mentale)
-

Module 3 : Agir face à une situation de détresse ou de crise

- Repérage des signaux faibles et signaux d'alerte
 - Attitudes à adopter :
 - Écoute active
 - Communication adaptée
 - Posture sécurisante
 - Intervention face à :
 - Une crise d'angoisse
 - Une crise suicidaire
 - Un comportement agressif ou désorganisé
 - Protection de la personne et de soi-même
 - Notion d'urgence et d'alerte
-

Module 4 : Orientation et ressources

- Orienter vers les ressources adaptées :
 - Professionnels de santé
 - Services d'urgence
 - Dispositifs d'accompagnement
- Travail en réseau et relais
- Mise en situation et études de cas
- Jeux de rôle et analyses de pratiques
- Échanges d'expériences et débriefing
- Renforcement de la confiance dans le rôle de secouriste en santé mentale

Premier Secours en Santé Mental – (PSSM)

5 - Organisation de la formation

Équipe pédagogique

- Formateurs expérimentés possédant une expertise approfondie dans le domaine de secourisme mental PSSM.

Moyens pédagogiques et techniques

- Des supports de cours
- Des documents de référence
- Des études de cas ainsi que des outils pratiques pour rendre l'apprentissage plus facile

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

- Quiz de fin de formation
- Echanges entre participants
- Une évaluation théorique
- Observation des mises en situation