

# Programme de formation 2023

## FORMATION AUX PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE

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 eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

L'objectif est de dispenser cette formation à un public large, pour contribuer à déstigmatiser les troubles psychiques en faisant évoluer les représentations sociales sur les pathologies, mais aussi à améliorer la situation des personnes touchées par ces troubles en réduisant leur isolement.

Le dispositif a l'avantage de proposer à un niveau national des contenus de formation et supports pédagogiques homogènes, validés et connus par tous : pouvoirs publics, représentants des usagers, professionnels.

Ces supports sont actualisés régulièrement au gré des avancées en matière de recherche, de politique de santé, de demande sociale. Le projet permet également de s'inscrire dans un programme international structuré, ayant fait l'objet de nombreuses études de mesure d'impact et de bénéficier de l'expérience acquise par les pays précurseurs.

*Mis à jour le 22/08/2022*

# PROGRAMME DE FORMATION COURTE

## FORMATION AUX PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE



### 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
- Mieux faire face aux comportements agressifs
- Tester et s'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

### METHODES PÉDAGOGIQUES

- Activités en sous-groupes, jeu de rôle, simulation, études de cas concrets, jeux, exercices d'application du plan d'action PSSM.

### PUBLIC CONCERNÉ

Tout public.

### PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire, sinon un intérêt pour ces questions.

### DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

14h de formation sur 2 journées de 9h00 à 17h00

L'effectif de stagiaires recommandé : jusqu'à 14 stagiaires maximum

### LIEU DE LA FORMATION – CONTACT

Chez le commanditaire ou sur site de formation au sein de l'Établissement Jean Lachenaud : 374, avenue Jean Lachenaud 83600 FREJUS

**TARIF : 300€ / personnes** (Tarif incluant les frais de repas pour les formations réalisées sur site EJL).

**DEVIS** sur demande : tél : 04 94 17 68 00 Mail : [formation.jeanlachenaud@ajl.asso.fr](mailto:formation.jeanlachenaud@ajl.asso.fr)

### CONTENU DE LA FORMATION

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

#### **Des troubles de santé mentale émergents :**

Dépression, problèmes d'anxiété, psychose, problèmes liés à la dépendance.

**Des crises en santé mentale :** pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, événements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques, conduites agressives.

### MOYENS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques liés à des situations vécues et débats à partir de supports vidéo.

Echanges sur les expériences et interactivité dont mises en situation et outils pédagogiques interactifs.

Démarche pédagogique participative.

Le manuel PSSM France est remis à chaque secouriste en santé mentale à l'issue des formations.

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

Un contrôle continu et des mises en situation permettent d'(auto-)évaluer l'acquisition et l'amélioration des compétences pendant la formation. Un quizz de connaissances pratiqué en début de formation est revisité en fin de formation et permet de mesurer l'impact de la formation. Il sera demandé à chaque participant de remplir un questionnaire d'évaluation (à chaud puis à froid) et une enquête de satisfaction sera remise aux clients. Une attestation de fin de formation sera remise à chaque participant.

### ACCESSIBILITE :

Nos locaux sont adaptés aux personnes à mobilité réduite. Détail : cf. site internet. ([www.ajl.asso.fr/lachenaud/ejl-formation](http://www.ajl.asso.fr/lachenaud/ejl-formation).)

### PROFIL DE L'INTERVENANT

Seuls les formateurs accrédités par PSSM France peuvent organiser la formation de secouriste en santé mentale. A ce titre notre formateur est accrédité.

### MOYENS TECHNIQUES

Une salle de formation moderne, lumineuse, climatisée, avec grandes fenêtres donnant sur le parc est mise à disposition. Ordinateur, projecteur, tableau blanc et papier sont utilisés.