



CFP – Val de Sèvre Formation  
SAINT LAURENT SUR SEVRE

## Premiers Secours en Santé Mentale Module Jeune

**DUREE** : 14 heures en présentiel

**DATE** : A définir

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- 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

### MOYENS TECHNIQUES & PÉDAGOGIQUES

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

### MODALITES D'EVALUATION

- PSSM France certifie toute personne ayant suivie les 14heures de formation

### DOCUMENTS DÉLIVRÉS À LA SUITE DE LA FORMATION

- Attestation de fin de formation téléchargeable suite à la réponse en ligne du questionnaire PSSM France

### PUBLIC CONCERNÉ / PRÉREQUIS

- Tout public à partir de 18 ans.
- Prérequis : aucun

### LIEU DE LA FORMATION ET HORAIRE

- A définir en fonction des demandes

### NOMBRE DE STAGIAIRES

- De 8 à 16 stagiaires

### REFERENT PEDAGOGIQUE

- Nathalie BENIT
- [valdesevreformation@mfr.asso.fr](mailto:valdesevreformation@mfr.asso.fr)

### COÛT PEDAGOGIQUE

- **Inter-entreprise** : 250 euros par personne + 30€ pour le livre pédagogique obligatoire
- **Intra-entreprise** : nous consulter

### RAPPORT D'ACTIVITE

2023-2024 : 63 stagiaires formés

Taux de satisfaction : 89.4 %

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 apportent une aide physique à une personne en difficulté.

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

# FORMATION : FICHE PROGRAMME

## CONTENU

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

➤ Session 1.1 – Introduction aux PSSM, aux troubles psychiques et au développement de l'adolescent

- Accueil des participants
- L'environnement d'apprentissage
- Brise-glace
- Aperçu du cours et présentation du déroulé de la formation
- Santé mentale et trouble psychique
- Cadre des PSSM
- Santé mentale et troubles psychiques chez les jeunes
- Développement de l'adolescence et impact des troubles
- Les compétences psychosociales

➤ Session 1.2 – Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Le rôle du secouriste en santé mentale
- Le plan d'action ARER
- Personnes et lieux ressources pour les jeunes
- Dépression 1ère partie : introduction au trouble dépressif
- Le trouble bipolaire
- Interventions efficaces dans la dépression

➤ Session 2.1 – Dépression 2e partie

- Le plan d'action PSSM pour la dépression
- Premiers secours en cas de crise : pensées et comportements suicidaires
- Premiers secours en cas de crise : automutilations non-suicidaires

➤ Session 2.2 – Anxiété 1ère partie

- Les différents types de troubles anxieux
- Interventions efficaces dans les troubles anxieux

➤ Session 3.1 – Anxiété 2ème partie

- 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 (diapos cachées)

➤ Session 3.2 – Les troubles des conduites alimentaires

- Information générale sur les TCA et leurs signes
- Focus sur l'anorexie mentale, la boulimie et l'hyperphagie boulimique
- Interventions efficaces dans les TCA
- Le plan d'action pour les TCA

➤ Session 4.1 – Les troubles psychotiques

- Information générale sur les troubles psychotiques et leurs signes
- Démonstration d'hallucinations auditives
- Traitements efficaces et intervention précoce
- Le plan d'action pour les troubles psychotiques

➤ Session 4.2 – Les substances

- Information générale sur les signes d'abus de substances
- Comportements liés à l'abus de substances ou sans objets (addictions comportementales)
- Le plan d'action AERER
- Les situations de crise : intoxication, conduite agressives, urgence médicale et pensées suicidaires

**Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...)**