

# Programme

## Premiers Secours en Santé Mentale

### Module Standard

#### Présentation générale

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

#### Objectifs pédagogiques

- 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

#### Méthodes pédagogiques

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Déroulé sur power point,
- Un manuel remis à chaque participant,
- Des vidéos,
- Des quiz et des exercices,
- Des mises en situation et études de cas



ACTION HANDICAP FRANCE



**Formateur  
accrédité**

PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

## Éléments forts

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

## Publics

Tout public à partir de 18 ans.

## Pré-requis

Aucun

## Programme

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.

## Demi-journée 1

Introduction et aperçu des sessions

Session 1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions

- Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)
- Interventions efficaces

Session 1.2 – Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Premiers Secours en Santé Mentale
  - > Cadre des premiers secours en santé mentale
  - > Le plan d'action AERER
- Présentation de la dépression
  - > Signes et symptômes
  - > Interventions



ACTION HANDICAP FRANCE



**Formateur  
accrédité**

PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

## Demi-journée 2

### Session 2.1 – Le plan d'action pour la dépression

- Rappel de la dépression
- Action 1 pour la dépression
- Crise suicidaire : Présentation - Assister

### Session 2.2 – Les troubles anxieux

- Présentation des troubles anxieux
  - > Signes et symptômes
  - > Interventions

## Demi-journée 3

### Session 3.1 - Le plan d'action pour les troubles anxieux

- Rappel des troubles anxieux
- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique
  - > Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)
  - > Crise d'attaque de panique : Présentation - Assister
  - > Crise après un événement traumatique : Présentation - Assister

### Session 3.2 – Les troubles psychotiques

- PSSM pour les troubles anxieux (suite)
- Présentation des troubles psychotiques
  - > Signes et symptômes
  - > Interventions

## Demi-journée 4

### Session 4.1 – Le plan d'action pour les troubles psychotiques

- Rappel des troubles psychotiques
- Action 1 pour les troubles psychotiques
- Crise psychotique sévère : Présentation - Assister
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite)



ACTION HANDICAP FRANCE



**Formateur  
accrédité**

PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

## Session 4.2 – L'utilisation des substances et le plan d'action

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
  - > Signes, symptômes
  - > Interventions
- Action 1 pour l'utilisation de substances
- Crise liée à l'utilisation de substances
- Crise d'agressivité
- Urgence médicale
- PSSM pour l'utilisation des substances (suite)

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

### Durée de la formation :

En présentiel 2 journées de 7h = 14h.

Groupe de 8 personnes minimum et de 16 personnes maximum

### Modalités d'évaluation des acquis

Quizz fin de session

### Modalités d'évaluation de la satisfaction

Questionnaire d'évaluation de fin de session

### Intervenant :

Formateur accrédité PSSM, Christophe Pineau intervient depuis plus de 20 ans comme accompagnant de personnes rencontrant une problématique de santé et/ou de handicap ainsi que formateur auprès d'un public RH, managers, représentants du personnel, collaborateurs en entreprise...) sur les sujets de l'accueil et de l'intégration des personnes vivant avec une problématique de santé et/ou de handicap. Il a accompagné de nombreuses personnes vivant avec un trouble psychique. Il forme également les collaborateurs d'entreprises sur l'intégration professionnelle des personnes en situation de handicap psychique. Il est formé à l'écoute active, coach certifié et sophrologue RNCP.



**RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée à AHF  
au titre de la catégorie : actions de formation

Adresse administrative : Action Handicap France - 32 rue des Cinq-Diamants - 75013 Paris

Bureau : Action Handicap France - MDA - 8 rue du Général Renault - 75011 Paris

Tél : 07 61 24 39 80 - Email : [contact@action-handicap.org](mailto:contact@action-handicap.org) - Siret 532 688 645 00037

[www.action-handicap.org](http://www.action-handicap.org)