

Formation PSSM : Premier Secours en Santé Mentale (module standard)

Contexte

Cohérence Réseau est une structure d'accompagnement spécifique pour les personnes en situation de handicap psychique, nous formons des professionnels en lien avec ce public, mais également des citoyens de tout horizon, afin de leur apporter des connaissances sur ce handicap et de faire évoluer leurs pratiques quotidiennes, professionnelles en lien avec des situations de la vie courante, d'apprentissage et de travail.

Cette formation est destinée au grand public. Elle permettra une réflexion sur la spécificité du handicap psychique, l'appropriation de connaissances, un mode de communication et d'organisation adapté à ce type de handicap, afin de favoriser une démarche citoyenne efficace, pour l'orientation des personnes qui rencontrent une ou plusieurs problématiques en santé psychique.

Objectif général

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

Objectifs pédagogiques

Connaissances acquises :

- **En santé**, maîtrise des bases concernant les troubles de santé mentale
- **En service à la personne/collectivité**, mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- **En prévention des risques**, développer les compétences relationnelles : écouter sans

jugement, rassurer et donner de l'information

- **En communication interpersonnelle**, tester et s'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale.

Eléments 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

Type d'action : Formation-participative

- La formation-participative, prend appui sur des situations concrètes, des exercices et des mises en situation. Nous nous donnons comme objectifs la connaissance, voire la transformation d'une réalité quotidienne sur l'aide et le soutien, voire l'accompagnement de personne en fragilité psychique.
- **Logique de déroulement** : une logique combinant la pratique et la théorie.

CONTENU DETAILLE DE LA FORMATION

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

MODULE 1

Introduction à la santé mentale et aux interventions

- . Troubles psychiques : définition et état des lieux
- . Facteurs de risque, statistique et conséquences
- . Interventions en santé mentale

Premier secours en santé mentale

- . Cadre des premiers secours en santé mentale
- . Le plan d'action PSSM

Dépression

- . Signes et symptômes
- . Interventions

MODULE 2

Le plan d'action PSSM pour la dépression et la crise suicidaire

- . Premiers secours dans le cadre d'idées et de comportements suicidaires
- . Premier secours pour la dépression (Hors crise)

Trouble anxieux

- . Signes et symptômes
- . Interventions

MODULE 3

Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et choc post-traumatique

- . Premier secours pour des troubles anxieux (hors crise)
- . Premier secours dans la crise d'attaque de panique
- . Premier secours dans la crise après un événement traumatique

Troubles psychotiques

- . Signes et symptômes.
- . Interventions

MODULE 4

Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques

- . Premier secours dans la crise psychotique sévère
- . Premier secours pour les troubles psychotiques (hors crise)

Trouble lié à l'utilisation de substances

- . Signes et symptômes
- . Interventions

Le plan d'action PSSM pour les troubles liés à l'utilisation de substances

- . Premiers secours pour les troubles liés à l'utilisation de substances
- . Premier secours en cas d'intoxication à la substance
- . Premiers secours dans les conduites agressives
- . Urgences médicales

Conclusion

Moyens et méthodes pédagogiques :

Apports théoriques

- Mises en situation/Jeux de rôle
- Interactivité en petits et grands groupes
- Vidéo/Témoignages
- Cas pratique, pédagogique

Déroulement de la formation

Nombre de jours

2 jours, soit 14 heures

Calendrier prévisionnel de l'intervention

Dates

- 16 et 17 novembre 2023
- 07 et 08 décembre 2023
- Frais pédagogiques et manuel pédagogique : 280 € par stagiaire
Groupe de 10 à 12 participants maximum