



Programme de l'intervention

FORMATION : Premiers secours en santé mentale Jeunes (PSSM Jeunes)

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

- ☐ Tout public âgé de + 18 ans
- ☐ Spécialement les adultes qui vivent ou travaillent avec des jeunes.
- ☐ Aucun prérequis de connaissances.



Objectifs pédagogiques

À la fin de la FORMATION, les participants seront capables de :

- ☐ Identifier les spécificités du développement de l'adolescent et distinguer les comportements de crise d'adolescence des troubles psychiques.
- ☐ Acquérir des connaissances fondamentales sur les pathologies fréquentes (dépression, anxiété, troubles alimentaires, psychoses).
- ☐ Appliquer le plan d'action PSSM (AERER) pour intervenir face à un jeune en difficulté ou en situation de crise.
- ☐ Développer des compétences relationnelles d'écoute non-jugeante et de réassurance.
- ☐ Gérer les comportements agressifs et les situations à risque (suicide, automutilations, abus de substances).



Description

JOUR 1 : Comprendre l'adolescent et agir face à la dépression et l'anxiété

- ☐ **Tour de table** : Présentations, attentes et partage d'expériences avec le public jeune.
- ☐ **Adaptation du programme** : Ajustement selon le milieu d'intervention (scolaire, associatif, familial).

o Matinée 1 : Cadre des PSSM Jeunes et Troubles de l'humeur (03h30)

- ☐ Le développement de l'adolescent : cerveau, émotions et comportements.
- ☐ Introduction aux PSSM : Cadre légal et limites du secouriste.
- ☐ La Dépression chez le jeune : spécificités, état des lieux et signes d'alerte.
- ☐ **Activité** : Présentation du plan d'action PSSM (AERER).

o Après-midi 1 : Crises suicidaires, Automutilations et Troubles anxieux (03h30)

- ☐ **Retour de pause déjeuner** : Tour de table de consolidation sur le plan d'action.
- ☐ Gestion des crises : Pensées et comportements suicidaires, automutilations non suicidaires.
- ☐ Les troubles anxieux : Définition, phobies scolaires et sociales, stress post-traumatique.
- ☐ **Activité** : Jeux de rôles sur l'écoute active et la réassurance d'un adolescent.

JOUR 2 : Psychose, Addictions et Conduites alimentaires





- **Tour de table de consolidation** : Rappel des points clés du Jour 1.
- **Matinée 2 : Psychoses et Troubles des Conduites Alimentaires (TCA) (03h30)**
 - Les troubles psychotiques : Premiers épisodes, repérage et délire.
 - Les TCA : Anorexie, boulimie, hyperphagie (identifier les signaux invisibles).
 - Plan d'action en cas de crise psychotique aiguë.
 - **Activité** : Analyse de vidéos et mise en situation de communication face au délire.

○ **Après-midi 2 : Substances, Comportements agressifs et Clôture (03h30)**

- **Retour de pause déjeuner** : Tour de table de consolidation des notions du matin.
- Utilisation de substances : Abus (alcool, toxiques) et dépendances avec ou sans objet (écrans).
- Gérer les comportements agressifs et les effets sévères de l'intoxication.
- **Clôture Pour aller plus loin** :
 - Ce que je retiens / Ce que j'ai préféré.
 - Mes prochains petits pas : "Comment j'en parle à mon entourage professionnel/personnel".
 - Retour sur les attentes et Évaluation de la formation (Auto-évaluation).
 - Mot de la fin.



Prérequis

Aucun prérequis



Modalités pédagogiques

- Présentiel
- Synchrone



Moyens et supports pédagogiques

- Powerpoint
- Vidéo
- Exercices de réflexion en groupe - Cas pratiques
- Jeux de rôle
- Analyse d'œuvres spécialisées
- Manuel remis à tous les participants ayant suivi l'ensemble du programme



Modalités d'évaluation et de suivi

Positionnement et évaluation des acquis

- **Auto-positionnement** : Un recueil des attentes et des besoins est réalisé en amont afin de permettre à l'intervenant de personnaliser le programme pour chaque apprenant.
- **Évaluation des acquis** : Sous le contrôle de l'intervenant, la montée en compétences est mesurée tout au long du parcours via des cas pratiques et des mises en situation.
- **Auto-positionnement post-formation** : En fin de parcours, le participant évalue lui-même sa progression et l'acquisition de ses nouvelles compétences par rapport aux objectifs de départ.

Suivi de la satisfaction et de l'exécution

- **Mesure de la satisfaction** : Un questionnaire est transmis à l'issue de la session (à chaud) pour mesurer la qualité des apports pédagogiques, puis quelques mois après la formation pour évaluer la satisfaction à froid.
- **Justificatifs** : Une feuille d'émargement électronique par demi-journée et une attestation de fin de formation / certificat de réalisation sont délivrés, sous réserve d'assiduité complète.