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
- Spécialement les adultes qui vivent ou travaillent avec des jeunes

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

Cette formation est conçue pour comprendre les spécificités du développement de l'adolescent, repérer les premiers signaux de troubles psychiques (dépression, anxiété, psychose, TCA, addictions) et appliquer le plan d'action AERER grâce à des clés scientifiques, des cas pratiques et des mises en situation pour intervenir efficacement auprès des jeunes, notamment en situation de crise.

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.

o 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.

o 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

Nous privilégions une approche pédagogique dynamique et participative, favorisant l'échange de pratiques et l'ancrage mémoriel.

Nos sessions alternent apports théoriques, études de cas concrets et mises en situation adaptées aux réalités du terrain.

Format d'animation : Présentiel

Cette modalité nous permet d'assurer un suivi personnalisé de chaque apprenant et de garantir une montée en compétences efficace et opérationnelle dès le retour en poste.

Moyens et supports pédagogiques

Durant la session, les concepts et outils sont diffusés via vidéo projection et illustrés par des supports variés (vidéos, quiz, fiches techniques) pour dynamiser l'apprentissage. (ex. : manuel officiel du secouriste PSSM France Jeunes, fiches réflexes de déroulement du plan d'action AERER pour les situations de crise [conduites suicidaires, auto-blessures, attaques de panique, crises psychotiques], cartographie des structures d'accueil Jeunesse et cas pratiques de mise en situation).

Pour prolonger la formation et faciliter la mise en application des acquis, un **support pédagogique** peut être remis à chaque participant à l'issue de la session.

Modalités d'évaluation et de suivi

Positionnement et évaluation des acquis

- **Auto-positionnement pré-formation** : Un recueil des attentes et des besoins est proposé 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 remis aux participants et au formateur 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.