



## Programme de l'intervention

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

#### Organisation

**Durée :** 14 heures

**Mode d'organisation :** Mixte

#### Contenu pédagogique



##### **Public visé**

Tout public



##### **Objectifs pédagogiques**

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

- ☐ 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.
- ☐ Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre.



##### **Description**

###### **JOUR 1 : Santé mentale, PSSM, Dépression et Troubles Anxieux**

- ☐ **Tour de table :** Présentations, recueil des attentes et expériences personnelles ou professionnelles.
- ☐ **Adaptation du programme :** Ajustement des focus selon le profil des participants (entreprise, milieu scolaire, social)

###### **o Matinée 1 : Introduction à la santé mentale et aux interventions, Introduction aux PSSM, Dépression**

###### **Notions, compétences et/ou activités abordées :**

- ☐ **Santé mentale en France :** facteurs de risque, statistiques, conséquences
- ☐ **Interventions efficaces**
- ☐ **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
- ☐ **Activités :** Décryptage d'œuvres (vision sociétale) et ateliers de groupes mouvants sur les préjugés.

###### **Pause déjeuner**

###### **o Après-midi 1 : Plan d'action pour la dépression et crise suicidaire, Troubles anxieux**

**Retour de pause déjeuner :** Tour de table de consolidation des notions vues le matin.

###### **Notions, compétences et/ou activités abordées :**

- ☐ **Le plan d'action pour la dépression :** rappel de la dépression, action 1 pour la dépression
- ☐ **Crise suicidaire :** présentation, assister
- ☐ **Présentation des troubles anxieux :** signes et symptômes, interventions





- **Activités** : Jeux de rôles sur l'approche d'une personne dépressive et débats sur les idées reçues.

## **JOUR 2 : Plan d'action pour les troubles anxieux, Troubles psychotiques, Utilisation de substances**

- **Tour de table de consolidation** : Rappel des points clés du Jour 1 et réponses aux interrogations.

### **o Matinée 2 : Plan d'action pour les troubles anxieux et Troubles psychotiques**

#### **Notions, compétences et/ou activités abordées :**

- **Rappel des troubles anxieux**
- **Plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique** : action 1 pour les troubles (hors crise), crise d'attaque de panique (présentation, assister), crise après un événement traumatique (présentation, assister)
- **Troubles psychotiques** : PSSM pour les troubles anxieux (suite), présentation des troubles psychotiques (signes et symptômes, interventions)
- **Activités** : Supports vidéos sur le vécu des troubles et jeux de rôles sur l'accompagnement vers l'aide professionnelle.

#### **Pause déjeuner**

### **o Après-midi 2 : Plan d'action pour les troubles psychotiques, Utilisation de substances et plan d'action**

**Retour de pause déjeuner** : Tour de table de consolidation des notions vues le matin.

#### **Notions, compétences et/ou activités abordées :**

- **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)
- **Utilisation des substances et plan d'action** : présentation des troubles liés à l'utilisation des 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 de substances (suite)
- **Activités** : Bar pédagogique (interactions substances), vidéos et jeux de rôles sur les conduites addictives.

#### **Clôture Pour aller plus loin :**

- **Bilan** : Ce que je retiens, ce que j'ai préféré.
- **Engagements** : Mes prochains petits pas de secouriste.
- **Évaluation** : Questionnaire de satisfaction, auto-évaluation des compétences.
- **Impact à 6 mois** : Présentation du protocole de suivi et 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.

Pour prolonger la formation et faciliter la mise en application des acquis, un **support pédagogique complet** (livret récapitulatif) est remis à chaque participant à l'issue de la session.



## **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.
- **Evaluation externe** : Evaluation de la pertinence, la cohérence et le déroulement de la formation sur le site PSSM France.