



## PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE (PSSM - Module standard)

### Compétences visées :

- 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

### Argument 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 de la formation :

- 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.
- Mieux faire face aux comportements agressifs

#### Durée

- 14 heures  
soit 2 journées
- De 9h à 17h

#### Modalités

- Présentiel
- Distanciel

#### Lieu

- France  
métropolitaine

#### Tarifs

- 3000€ \* pour un  
groupe de 8 à 16  
personnes
- 250€ en individuel

# Programme de la formation

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 :

- Introduction à la santé mentale et aux interventions
- Cadre des premiers secours en santé mentale
- Le plan d'action PSSM

## Des troubles de santé mentale émergents :

- Dépression
- Problèmes d'anxiété
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance

## Crises en santé mentale :

- Pensées et comportements suicidaires
- Attaques de panique
- Événements traumatiques
- États sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques
- Comportements agressifs

## Intervenant.e.s

Formateurs-formatrices accrédité.e.s PSSM par la structure PSSM France, membres du collectif de formateurs SMF, sélectionné.e.s pour leur connaissance du champ de la santé mentale et leur expérience d'animation de groupes.

## Participants

- Tout public âgé de plus de 18 ans
- Aucun prérequis de connaissances

## Méthodologie et supports

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

## Évaluation

- Quizz des connaissances avant et après
- Bilan formateur et participants en fin de formation
- Certificat de secouriste en santé mentale délivré par PSSM France.

## Modalités et délais d'accès

- Intra : sur demande
- Inter : de nombreuses dates à retrouver sur notre boutique ou sur demande

Délais de réservation pour les formations intra : 45 jours calendaires avant la date demandée  
Délais d'inscription pour les formations inter : jusqu'à 7 jours calendaires avant la formation

Pour toute demande d'aménagement de la formation pour les personnes en situation de handicap, merci de prendre contact avec le référent handicap : [contact@santementalefrance.fr](mailto:contact@santementalefrance.fr)



## Contact

**Pour toute demande de renseignements ou d'inscription :**

Pôle formation et sensibilisation  
**01 82 83 00 35 - 07 64 46 08 22**  
[formations@santementalefrance.fr](mailto:formations@santementalefrance.fr)  
[boutique.santementalefrance.fr](http://boutique.santementalefrance.fr)  
[santementalefrance.fr](http://santementalefrance.fr)