

# Se former aux Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)

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 premiers secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

## Objectifs

- 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
- Mieux faire face aux comportements agressifs

## Contenus

- Introduction à la santé mentale et aux interventions
- Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale
- Le plan d'action pour la dépression
- Les troubles anxieux
- Le plan d'action pour les troubles anxieux
- Les troubles psychotiques
- Le plan d'action pour les troubles psychotiques
- L'utilisation des substances et le plan d'action

## Modalités et méthodes pédagogiques

- En présentiel
- Méthode active et participative centrée sur l'expérience des participants, alternant apports théoriques, échanges de pratiques, études de cas et mises en situation afin de favoriser l'analyse collective et le transfert des acquis dans la pratique professionnelle.
- Outils pédagogiques : un manuel des PSSM par participant, vidéos PSSM de témoignages et de fictions, scénarios de cas PSSM

## Modalités d'évaluation

### Évaluation des acquis du stagiaire

- L'évaluation des objectifs de formation se réalisera à travers un QCM.

### Évaluation de la formation

- Au terme de la formation, chaque participant complétera un questionnaire de satisfaction afin d'évaluer la qualité de la formation suivie.



## Inter et intra

Durée

**14h**  
(soit 2 jours)

### Public

Tout public à partir de 18 ans

### Pré-requis

Aucun

### Intervenant(s)

Formatrice accréditée  
par PSSM France

### Dates et coût

Sur [www.irtsnormandiecaen.fr](http://www.irtsnormandiecaen.fr)

### Lieu

Hérouville Saint-Clair (14)

### Contact

Chloë BEAUMONT  
Tél. 02 31 54 42 54  
[fc@irtsnormandiecaen.fr](mailto:fc@irtsnormandiecaen.fr)



[www.irtsnormandiecaen.fr](http://www.irtsnormandiecaen.fr)