

# PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

## Objectif

- 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
- S'appropriier les méthodes d'animation adaptées

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.

## Programme

### DEMI-JOURNÉE 1 :

Introduction et aperçu des sessions

#### Session 1.1 – Introduction à la santé mentale et aux interventions

- Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)
- Interventions efficaces

#### Session 1.2 – Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- 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

### DEMI-JOURNÉE 2 :

#### Session 2.1 – Le plan d'action pour la dépression

- Rappel de la dépression
- Action 1 pour la dépression
- Crise suicidaire : Présentation – Assister

#### Session 2.2 – Les troubles anxieux

- Présentation des troubles anxieux
  - > Signes et symptômes
  - > Interventions

### DEMI-JOURNÉE 3

#### Session 3.1 – Le plan d'action pour les troubles anxieux

- Rappel des troubles anxieux
- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique
  - > Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)
  - > Crise d'attaque de panique : Présentation – Assister
  - > Crise après un événement traumatique : Présentation – Assister

#### Session 3.2 – Les troubles psychotiques

- PSSM pour les troubles anxieux (suite)
- Présentation des troubles psychotiques
  - > Signes et symptômes
  - > Interventions

### DEMI-JOURNÉE 4

#### Session 4.1 – Le 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)

#### Session 4.2 – L'utilisation des substances et le plan d'action

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de 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 des substances (suite)

### Date(s) :

22 et 23 février 2024

### Lieu :

Formation à distance

### Durée :

2 jours – 14 heures

### Tarif adhérents :

Salarié.e.s : 580 €

Bénévoles : 260 €

Coût du manuel inclus

### Tarif non adhérents : 880 €

Coût du manuel inclus

### Public et pré-requis :

Tous publics / Pas de pré-requis

### Méthodes pédagogiques :

- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Exercices (vidéos pédagogiques, activités de groupe)
- Manuel des Premiers Secours en Santé Mentale

*Evaluation : Mises en situations. Formulaires d'évaluation de la formation.*

### Intervenant :

■ Emmanuel FOY

*Pour les personnes en situation de handicap, n'hésitez pas à nous contacter.*