Premiers Secours en Santé Mentale

14 heures
Soit 2 jours de formation

Certifiante

Référence : PSSM Standard

PRÉSENTIEL

Pré-requis : Aucun.
Public: Tout public à partir de 18 ans
Organisation : de 8 à 16 stagiaires
Intervenant : Formatrice accréditée PSSM France
Evaluation : Certificat de secouriste en santé mentale (PSSM France)
Accessibilité : Formation accessible aux personnes en situation de handicap
Nous consulter pour étudier les adaptations nécessaires

Objectif

Savoir repérer les signes d'un trouble de santé mentale naissant, d'une aggravation d'un trouble existant ou d'une crise, apporter un premier soutien adapté et orienter vers les ressources adaptées.

En résumé

Une formation citoyenne et certifiante, animée par une formatrice accréditée PSSM France, qui laisse une large place aux mises en situation et aux échanges entre participants pour leur permettre de s'approprier les bons réflexes en matière de santé mentale et savoir réorienter vers les ressources adaptées.

Compétences développées

- 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 une information adaptée
- Gagner en confiance pour engager le dialogue avec une personne en difficulté psychique

Pédagogie

50% pratique
50% théorie

- Apports théoriques, méthodologiques et pratiques
- Analyse de situation et jeux de rôles

Le programme

1. **Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale**
- Santé mentale en France : facteurs de risque, chiffres clés, conséquences
- Les interventions efficaces
- Rôle du secouriste (relais, pas thérapeute)
- Plan d'action AERER : Approcher, Écouter, Réconforter, Encourager, Renseigner
- Le continuum de la santé mentale
- Stigmatisation en santé mentale

2. **Dépression, troubles anxieux et crise suicidaire**
- Dépression : signes et symptômes, intervenir
- Crise suicidaire : aborder le sujet, assister
- Troubles anxieux : signes et symptômes
- Attaque de panique et chocs post-traumatiques : plan d'action
- Les troubles de l'humeur, au-delà de la dépression

3. **Troubles psychotiques, usage de substances et situation de crise**
- Troubles psychotiques : signes et symptômes
- Crise psychotique sévère : assister
- Troubles liés aux substances : signes et symptômes
- États de crise et urgence médicale
- Les ressources d'urgence à connaître (SAMU, 3114, etc...)

Modalités d'évaluation : Quiz durant la formation, échanges / questions-réponses, certificat de secouriste en Santé Mentale
Tarif: Nous consulter
Délai d'accès : Nous consulter (variable selon la disponibilité du calendrier)

MDO SANTÉ MENTALE PRO ♦ 1 Av. Jean Bergeron, 69290 Craponne ♦ **06.52.54.12.27** ♦ contact@mdo-smpro.fr
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84692712369 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes
SIREN 931 476 667 RCS LYON ♦ SARL au capital de 1 000€