

## Premiers secours en santé mentale

### CONTEXTE

Le programme de premiers secours en santé mentale (PSSM) permet notamment de former, au sein des établissements, des référents « secouristes en santé mentale ».

Le secouriste est capable de repérer des troubles psychiques et d'appliquer un plan d'action permettant d'intervenir face à une personne en difficulté, qu'il s'agisse d'un collègue, d'un visiteur...

Il adopte un comportement adapté, informe sur les ressources disponibles, encourage à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, agit pour relayer au service le plus adapté.

Le PSSM est l'équivalent, en santé mentale, des gestes de premiers secours. Le programme est une première approche pour apprendre à aider une personne présentant des difficultés psychiques.

La formation n'est pas spécifique aux professionnels confrontés à la gestion de troubles du comportement et souhaitant apprendre à les maîtriser au quotidien.

### OBJECTIFS

- ▶ Acquérir des connaissances de base concernant les troubles en santé mentale
- ▶ Mieux appréhender les différents types de crise en santé mentale
- ▶ Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée
- ▶ Mieux faire face aux difficultés et comportements d'une personne en situation de crise et apporter un soutien immédiat

### PROGRAMME

#### PREMIER JOUR

- ▶ Troubles psychiques : facteurs de risques, statistiques et conséquences, interventions et rétablissement
- ▶ Présentation du plan d'action PSSM
- ▶ Dépression : signes et symptômes, interventions
- ▶ Plan d'action PSSM pour la dépression

#### DEUXIÈME JOUR

- ▶ Troubles anxieux : signes et symptômes, interventions
- ▶ Plan d'action PSSM pour les troubles anxieux
- ▶ Troubles psychotiques : signes et symptômes, interventions
- ▶ Plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
- ▶ Troubles liés à l'utilisation de substances : signes, symptômes et interventions
- ▶ Plan d'action PSSM pour les troubles liés à l'utilisation de substances

### RÉF. F21

#### PUBLIC

Tous les professionnels du secteur, souhaitant devenir Secouristes en santé mentale

#### PRÉREQUIS

Aucun

#### INTERVENANTS

**Esther Loré,**

IDE, formatrice accréditée PSSM ou tout autre formateur accrédité PSSM France

#### MOYENS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques (un manuel est remis à chaque participant), méthode participative, mises en situation

#### DURÉE DE LA FORMATION

2 jours, soit 14 heures

#### SESSION

- ▶ De 8 à 16 participants
- ▶ **Strasbourg**, 2 et 3 juin 2026
- ▶ 670€/personne