

## Travail et transitionS

Siège : 4 rue des Arpentis - 91 430 Vauhalan  
Secrétariat : 1 rue de l'Avenir - 31 800 Saint-Gaudens  
N°OF : 119 109 027 91



0782887479

contact@travail-transitions.fr

## Programme de formation

Premiers Secours en Santé Mentale ( PSSM)

### But de la formation

Face aux troubles de santé mentale, on peut agir.

Vous êtes au contact de salariés ayant des fragilités/troubles psy et vous êtes confrontés à des difficultés d'accompagnement ou de compréhension de certains comportements. Le programme de Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) vous permettra de devenir un secouriste capable de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.

### Pré-requis

Aucun prérequis de connaissances

### Liste des référents

Référent administratif : contact@travail-transitions.fr

Référent pédagogique : Se référer au site web

Référent handicap : contact@travail-transitions.fr

### Type de public

Tout public âgé de plus de 18 ans

### Moyens pédagogiques

- Powerpoint
- Vidéo
- Exercices de réflexion en groupe - Cas pratiques
- Jeux de rôle
- Analyse d'œuvre spécialisées

### Documents remis en fin de formation

Manuel remis à tous les participants ayant suivi l'ensemble du programme.

Certificat de secouriste en santé mentale délivré par PSSM France.

## Travail et transitionS

Siège : 4 rue des Arpentis - 91 430 Vauhalan  
Secrétariat : 1 rue de l'Avenir - 31 800 Saint-Gaudens  
N°OF : 119 109 027 91



0782887479

contact@travail-transitions.fr

## Méthodes pédagogiques

---

Méthode Transmissive  
Méthode Démonstrative  
Méthode Interrogative  
Méthode Active  
Méthode Expérientielle

## Durée

---

14 heures (2 jours).

## Programme

---

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.

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

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
- Évènements traumatiques
- États sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques
- Comportements agressifs

**Accessible aux personnes en situation d'handicap : non**