



FORMATION EN PRÉSENTIEL

# PREMIER SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Dernière mise à jour le 03/04/2026.

## 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 des informations adaptées.

Mieux faire face aux comportements agressifs.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crise en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles: écouter sans jugement, rassurer et donner de l'information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

## PUBLIC CONCERNÉ





Tout public à partir de 18 ans.

## MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

La session peut être organisée sur demande d'une entreprise pour les sessions intra entreprises et selon les planning proposé et transmis sur demande pour les sessions inter entreprises.

## MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE L'ACTION DE FORMATION

Notre formation est dispensée intégralement en présentiel, favorisant l'apprentissage pratique et l'interaction directe avec le formateur.

 Niveau <b>Sans niveau de qualification</b>	 Modalité <b>Présentiel</b>	 Effectif par session <b>4 mini &gt; 12 maxi</b>	 Durée <b>14 heures / 2 jour (s)</b>
--	--	--	---

Tarif

Nous consulter

Réf.

PSSM

Contact

0223515679  
contac@maestrias.fr

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Sur demande la personne référente au sein de Maestrias pourra aider celle-ci à accéder à la salle de formation du rez de chaussé.

## PRÉ-REQUIS

- Aucun

## MÉTHODES ET MOYENS MOBILISÉS

La formation est organisée autour de mises en situation pratiques. Un quizz d'évaluation des connaissances démarre la formation, un autre la finalise. Des apports théoriques sont transmis tout au long de la formation sur les différentes thématiques par le biais de jeux et d'analyses de mises en situations. Un manuel est remis au participant dès le démarrage de la formation avec toutes les informations théoriques.



# 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).

Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...)

## LES PLUS

Formateur accrédité par PSSM France.

### **INTERVENANT(S)**

Formateur accrédité par PSSM France

### **ÉVALUATION**

Mise en situation pour évaluation pratique.

### **ATTRIBUTION FINALE**

Attestation fin de formation

### **MAINTIEN DES CONNAISSANCES**

Un recyclage est recommandé tous les 2 ans – 1 journée