

Premiers Secours en Santé Mentale

Module Jeune

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 premiers secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

Le module Jeunes a été spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- 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.
- Mieux faire face aux comportements agressifs

ÉLÉMENTS FORTS

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des jeunes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux jeunes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale



CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux jeunes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

DEMI-JOURNÉE 1

Session 1.1 – Introduction aux PSSM, aux troubles psychiques et au développement de l'adolescent

- Accueil des participants
- L'environnement d'apprentissage
- Brise-glace
- Aperçu du cours et présentation du déroulé de la formation
- Santé mentale et trouble psychique
- Cadre des PSSM
- Santé mentale et troubles psychiques chez les jeunes
- Développement de l'adolescence et impact des troubles
- Les compétences psychosociales

Session 1.2 – Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Le rôle du secouriste en santé mentale
- Le plan d'action ARER
- Personnes et lieux ressources pour les jeunes
- Dépression 1^{ère} partie : introduction au trouble dépressif
- Le trouble bipolaire
- Interventions efficaces dans la dépression

DEMI-JOURNÉE 2

Session 2.1 – Dépression 2^e partie

- Le plan d'action PSSM pour la dépression
- Premiers secours en cas de crise : pensées et comportements suicidaires
- Premiers secours en cas de crise : automutilations non-suicidaires

Session 2.2 – Anxiété 1^{ère} partie

- Les différents types de troubles anxieux
- Interventions efficaces dans les troubles anxieux

DEMI-JOURNÉE 3

Session 3.1 – Anxiété 2^{ème} partie

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux
- Premiers secours en cas de crise : état de stress post-traumatique
- Premiers secours en cas de crise : l'attaque de panique (diapos cachées)

Session 3.2 – Les troubles des conduites alimentaires

- Information générale sur les TCA et leurs signes
- Focus sur l'anorexie mentale, la boulimie et l'hyperphagie boulimique
- Interventions efficaces dans les TCA
- Le plan d'action pour les TCA

DEMI-JOURNÉE 4

Session 4.1 – Les troubles psychotiques

- Information générale sur les troubles psychotiques et leurs signes
- Démonstration d'hallucinations auditives
- Traitements efficaces et intervention précoce
- Le plan d'action pour les troubles psychotiques

Session 4.2 – Les substances

- Information générale sur les signes d'abus de substances
- Comportements liés à l'abus de substances ou sans objets (addictions comportementales)
- Le plan d'action AERER
- Les situations de crise : intoxication, conduite agressives, urgence médicale et pensées suicidaires

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



CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

PUBLIC

Tout public à partir de 18 ans

PROFIL FORMATEUR

Formateur accrédité par PSSM France

PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis

DURÉE

14 heures (2 jours ou 4 demi-journées)



IL N'EST PAS POSSIBLE DE MOBILISER LES HEURES DE VOTRE CPF POUR SUIVRE CETTE FORMATION.

RETROUVEZ TOUTE NOS FORMATIONS SUR
WWW.PSSMFRANCE.FR

Premiers Secours en Santé Mentale France

Jardins d'entreprises – Bât. A - 213, rue de Gerland 69007 Lyon / info@pssmfrance.fr / 04 37 47 90 84