

# Premiers secours en santé mentale

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 la personne en difficulté.

## Objectifs

A l'issue de cette formation, le stagiaire sera en mesure de :

- 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 de l'information.
- Mieux faire face aux comportements agressifs

## Public

- Tout publics

## Pré-requis

- Aucun

## Nombre de stagiaires

- 16 personnes maximum

## Durée

- 14 heures (2 jours consécutifs)

## Méthodes et moyens pédagogiques

- Un manuel des premiers secours en santé mentale est remis aux stagiaires
- Alternance d'exposés théoriques (présentation projetée) et d'exercices (vidéos pédagogiques, activités de groupe) pour faciliter les apprentissages des stagiaires.
- Des mises en situations pratiques (type « jeux de rôle ») sont proposées lors de la formation
- Les formateurs proposent régulièrement des réveils pédagogiques aux stagiaires, par des méthodes actives (ex : création d'un mime, jeu ludique)

## Evaluation des acquis

- Après avoir assisté à un stage de formation PSSM, vous n'avez qu'à remplir votre questionnaire de retour en ligne et télécharger ensuite votre certificat de réalisation et votre diplôme de secouriste

## Contenu de la formation

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 :

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

## Intervenant(s)

**Sylvie BELLARD**

Formatrice accréditée PSSM France et chef de service cadre de santé au sein de l'Adapei des Pyrénées-Atlantiques

## Tarifs

- Individuel :
- Groupe: nous consulter

## Dates

- 05 et 06 mai 2022
- 19 et 20 septembre 2022
- 17 et 18 octobre 2022

## Modalités et délais d'accès

- Sur inscription, nous contacter

## Lieu

- Centre de Formation et de Recherche Adapei64, 1 avenue Copernic, 64000 Pau

## Accès aux personnes en situation de handicap

Pour toute précision sur cette formation, contacter Marie Bouchard (coordonnées bas de page)