Premiers secours en santé mentale

Les Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) 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 apportent une aide physique à quelqu'un en difficulté.

Objectifs pédagogiques

Suite à la formation, les participants seront capables de :

- Mobiliser les connaissances de base concernant les troubles de santé mentale permettant de les repérer
- Appréhender les différents types de crises en santé mentale et relayer au service le plus adapté
- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Encourager à aller vers des professionnels adéquats

Public

- Adultes souhaitant devenir secouriste en santé mentale
- De 8 à16 personnes par groupe

Contenu de la formation

> Connaissances générales sur les troubles psychiques les plus courants
- Troubles dépressifs, anxieux, psychotiques, liés à l'utilisation de substances

> Approche des différentes situations de crise
- Attaque de panique, crise après un évènement traumatique, crise suicidaire, crise psychotique sévère, crise liée à l'utilisation de substances

> L'acquisition d'un plan d'action simple et concret pour aider en cas de crise et hors crise

> Les représentations concernant la santé mentale

> Les ressources disponibles

Durée
2 jours (14 heures)

Date et lieu
En intra : définis en fonction de vos besoins
En inter : Besançon
- 19 et 20/01/2026
- 24 et 31/04/2026
- 22 et 23/06/2026
- 1er et 02/10/2026
- 03 et 10/12/2026

Pré-requis
Aucun

Coût pédagogique
En intra : 2 100 € net de taxes par groupe
En inter : 250 € par personne

LES +

Méthode pédagogique active et participative

Mises en situation, vidéos, témoignages, activités autour du contenu théorique

Témoignage de secouriste

Remise du manuel PSSM France

Délivrance d'un certificat de formation PSSM

Questionnaire d'évaluation final

FORMASENS | 03 81 51 96 54 | formasens@fpluriel.org
Si vous êtes une personne en situation de handicap, vous pouvez contacter notre référent handicap :
03 81 51 96 54 - formasens@fpluriel.org