

## PSSM : PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE – Jeunes

Ce programme est conforme à PSSM France

Code : F-PSSMJ

- |   |  |
|---|--|
| ↳ <b>Durée :</b> 2 jours / 14 heures  | ↳ <b>Prérequis :</b> Aucun   |
| ↳ <b>Format :</b> Présentiel  | ↳ <b>Public :</b> Tout citoyen âgé de plus de 18 ans et résider en France ou dans les Dom-Tom. |
| ↳ <b>Intervenant :</b> Formateur accrédité PSSM France  | ↳ <b>Nombre de participants :</b> entre 8 et 16 apprenants                                     |
| ↳ <b>Tarif :</b> 280€ HT /participant (livret PSSM France inclus) ou 1 390€ HT /jour en INTRA |  |

### Éléments de contexte

Les Premiers Secours en Santé Mentale Jeunes constituent l'aide qui est apportée à un jeune (âgé de 12 à 21 ans) 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 physiques, mais orientés spécifiquement vers les jeunes en difficulté.

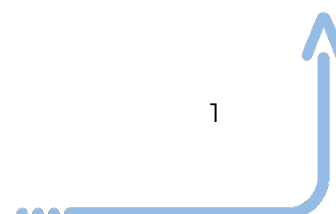
### Objectifs de la formation

- Permettre aux participants d'apporter un soutien initial efficace à un adolescent ou un jeune adulte (de 11 à 21 ans) en situation de souffrance psychique, en identifiant précocement les signes de troubles ou de crise, en adoptant une attitude d'écoute bienveillante et en orientant vers les ressources professionnelles adaptées, grâce à un plan d'action structuré en Premiers Secours en Santé Mentale
- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale chez les jeunes
- 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

### 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



## Méthodes et moyens pédagogiques

Stage en présentiel.

- Une démarche pédagogique participative :

Alternance d'apports théoriques, d'exercices, et d'échanges. Activités de sous-groupe, études de cas concrets, jeux de rôle, jeux de mémorisation.

- Supports :

Diaporama, vidéos (mise en scène de cas, témoignages), quiz, Manuel PSSM (150 pages) remis à tous les participants ayant suivi l'ensemble du programme. Animation par des formateurs accrédités PSSM France.

## Programme de 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 :

### ↳ **JOURNÉE 1**

Appréhender les spécificités des adolescents en matière de santé mentale :

- Connaître les phases du développement de l'adolescence
- Identifier les troubles psychiques chez les jeunes

Des troubles de santé mentale émergents :

- Dépression
- Problèmes d'anxiété
- Troubles du comportement alimentaire
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance

Développer des compétences relationnelles :

- S'approprier le plan d'action A.E.R.E.R (Approcher, écouter, reconforter, encourager, renseigner)
- Tester et mettre en pratique le plan d'action A.E.R.E.R

### ↳ **JOURNÉE 2**

Crises en santé mentale :

- Pensées et comportements suicidaires
- Automutilations non suicidaires

- Attaques de panique
- Les troubles des conduites alimentaires (TCA)
- Evènements traumatiques
- Etats sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques
- Comportements agressifs

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

## Modalités d'évaluation

Évaluation des connaissances et de la posture de l'apprenant face à une personne présentant un trouble psychique avec :

- Quiz de diagnostic en début, corrigé en fin de formation ;
- Révisions des connaissances à chaque étape ;
- Évaluation continue par des exercices, interrogations, échanges et mises en situation avec des exercices pratiques, jeux de rôle ;
- Questionnaire PSSM France post stage (auto-évaluation sur ses capacités à intervenir) \* ;
- Questionnaire à chaud, questionnaire à 3 mois.

## Délivrable à l'issue de la formation

Chaque participant ayant suivi la totalité de la session reçoit :

- Attestation de suivi de la formation et/ou Certificat de réalisation ;
- Certificat de Secouriste en Santé Mentale remis par PSSM France\*.

*\* Le suivi et l'enregistrement des secouristes aux Premiers Secours en Santé Mentale est assuré par l'association Premiers Secours en Santé Mentale France ([www.pssmfrance.fr](http://www.pssmfrance.fr))*

## Accessibilité

Nous adaptons nos lieux et notre matériel de formation en fonction des spécificités du public encadré. Dans le cadre des formations organisées directement au sein des entreprises, l'employeur est tenu d'organiser l'accès à une salle adaptée pour une (des) personne(s) en situation de handicap souhaitant bénéficier de ces actions d'enseignement. Dans ce cas, l'employeur mettra à disposition les équipements nécessaires au déroulement de cette formation. Unis Vers vérifie cette possible situation directement avec l'employeur du (des) participant(s) concerné(s).

## Modalités d'inscription

Inscription via mail : [gestion@unis--vers.com](mailto:gestion@unis--vers.com) ou tél : 09 88 07 28 99

Délais d'accès : nous contacter pour connaître les disponibilités des formateurs pour les sessions en INTRA et des sessions prévues pour les sessions en INTER.

## Contacts

Référent organisme, pédagogique, qualité et handicap :

Benjamin OUILLE : [gestion@unis--vers.com](mailto:gestion@unis--vers.com) ou tél : 09 88 07 28 99