



## CONTACT

Académie des Projets de Vie  
02 41 48 92 19  
contact@projetsdevie.com  
www.projetsdevie.com

## PUBLIC

Tout public majeur

## PRÉREQUIS

Aucun

## DURÉE - DATES

2 jours – 14 heures

· Inter : Dates visibles sur notre site internet

· Intra : Dates à convenir en fonction des plannings respectifs

8 participants minimum

16 participants maximum

## TARIF (Montant net de TVA)

· En inter : 255 € par personne + 30 € pour le manuel

· En intra : 3 500 €, frais en sus

## MODALITÉS – DÉLAI D'ACCÈS

· Réponse sous 72 heures (jours ouvrés) suite prise de contact

- Délai d'accès à la formation : entre 1 mois et 9 mois en fonction des plannings respectifs

· Devis et programme

· Formation présentielle

## INTERVENANT

Formateur accrédité par PSSM FRANCE

## ACCESSIBILITÉ

· Formation accessible aux personnes en situation de handicap

· Nous contacter pour envisager l'accueil dans les meilleures conditions ou une orientation, si nécessaire, vers les structures spécialisées

# FORMATION : Premiers Secours en Santé Mentale

## Module Jeune

### Objectifs

- 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 une information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

### Contenu

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.

#### 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<sup>ère</sup> partie : introduction au trouble dépressif
- Le trouble bipolaire
- Interventions efficaces dans la dépression

#### Session 2.1 Dépression 2<sup>ème</sup> 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<sup>ère</sup> partie

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

#### Session 3.1 Anxiété 2<sup>ème</sup> 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

#### 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 agressive, urgence médicale et pensées suicidaires

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

## Méthodes mobilisées

Apports théoriques, mises en situation, exercices d'application, quiz

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des jeunes éprouvant un problème de santé mentale ou de 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

## Modalités d'évaluation et dispositifs de suivi

Questionnaire d'évaluation en fin de formation

Feuille d'émargement

Attestation de formation

Certificat de réalisation

Remise du manuel des premiers secours en santé mentale