

## PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE

### Module standard

#### OBJECTIF GÉNÉRAL

À l'issue de la formation, les participants seront en mesure de fournir un soutien initial aux personnes confrontées à un trouble de santé mentale (qu'il s'agisse du début des troubles, d'une aggravation des troubles existants ou bien d'un état de crise)

#### OBJECTIFS

- » Découvrir ou / et perfectionner sa connaissance des troubles psychiques
- » Repérer les signes et symptômes, les états de crise
- » Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée
- » Apporter un soutien à une personne en difficulté psychique en appliquant le plan d'action PSSM

#### CONTENU

- » Représentations, stigmatisation, mythes et réalités
- » Pourquoi PSSM ?
- » Les principaux troubles de santé mentale : dépression, troubles anxieux, troubles psychotiques, troubles liés à l'utilisation de substances
- » Les principales crises en santé mentale : idées et comportements suicidaires, attaques de panique, états de stress post-traumatiques, crise psychotique, effets graves liés à l'utilisation de substances
- » Le plan d'action PSSM à adapter à chaque situation



#### // DURÉE

2 jours, soit 14h de formation

#### // PUBLIC

Tout public

Entre 8 et 16 stagiaires maximum

#### // TARIF

Nous contacter

#### // PRÉREQUIS

Aucun

#### // MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques et pratiques, pédagogie participative, mise en situation des participants, support visuel, cas concrets, exercices

#### // FORMATEUR

Formateur accrédité PSSM France

#### // ÉVALUATION

- . Test de positionnement à l'entrée
- . Test des évaluations des acquis
- . Questionnaire individuel de satisfaction à chaud et à froid (après 3 mois d'activité)

#### // DOCUMENTATION

- . Un manuel PSSM par personne
- . Attestation de réalisation de la formation et attestation de Secouriste en Santé Mentale

. Reprise des objectifs de chaque participant identifiés en début de journée et évaluation de leurs atteintes

. Tour de table pour permettre l'expression des ressentis de chaque stagiaire

### LIEUX DE FORMATION

Nos experts en formation vous accueillent dans leurs locaux et se déplacent dans vos entreprises

### LIVRET D'ACCUEIL

[Télécharger  
ici](#)

### LES ATOUTS DE LA FORMATION

#### . Une formation participative

Des exercices, de la Ludo pédagogie qui dynamisent l'acquisition des apports plus théoriques.

#### . Une formation engageante et sécurisante

Déstigmatiser la santé mentale et permettre à chacun d'agir à sa mesure en toute confiance, pour favoriser un environnement plus inclusif et solidaire

### EMPREINTE FORMATION

1 A rue de Marmagne - 71 450 Blanzey  
03 85 68 40 00 – [contact@empreinteformation.fr](mailto:contact@empreinteformation.fr)  
[www.empreinteformation.fr](http://www.empreinteformation.fr)  