

Ouverte à tous
les professionnels de la santé
et étudiants

FORMATION AUX PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Les premiers secours en santé mentale sont l'équivalent en santé mentale des gestes de premier secours qui, eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

Le programme PSSM (Premiers Secours en Santé Mentale) a été créé en Australie en 2001 par une éducatrice ayant souffert de troubles psychiques sévères et un professeur de médecine. Il est aujourd'hui adapté et déployé dans 28 pays, dont la France.

Son objectif est de lutter contre la stigmatisation des personnes souffrant de troubles mentaux qui augmente la détresse, freine l'accès au soin et génère des conséquences économiques et sociales de grande ampleur.

La formation apporte des connaissances de base permettant de repérer une personne en détresse psychologique et des outils pour l'approcher et lui dispenser l'aide adaptée. Les secours en santé mentale n'ont pas pour vocation de former des professionnels en santé mentale, mais visent à fournir un soutien initial aux personnes confrontées :

- à un début de troubles de santé mentale
- à une détérioration de troubles de santé mentale déjà existants
- à une phase de crise de santé mentale.

Ils sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée ou jusqu'à ce que la crise soit résolue.

JOURNÉE 1

28 septembre 2021
de 9h à 17h

- Présentation des participants, point de chacun sur ses propres attentes et partage des règles de fonctionnement du groupe.
- Présentation de la formation : origine, objectifs, déroulé, utilisation du manuel.
- Définitions et état des lieux. Définir la santé mentale. Quand parle-t-on de trouble psychique ? Prévalence des troubles psychiques les plus courants, facteurs de risque, freins à la demande d'aide, retentissement au niveau individuel et collectif.
- Les interventions en santé mentale, l'importance d'une intervention précoce, le positionnement des PSSM, les services en santé mentale et les différents professionnels de santé qui peuvent aider.

Pause

- Le cadre des Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) et le rôle du secouriste.
- Présentation du plan d'action PSSM.
- Présentation de la dépression (signes et symptômes, interventions efficaces).

Pause déjeuner

- Le plan d'action PSSM en présence d'idées suicidaires (savoir aborder la question, évaluer et assister en cas de risque imminent et non imminent).
- Le plan d'action PSSM pour la dépression hors situation de crise .

Pause

- Présentation des troubles anxieux (signes et symptômes, interventions efficaces).

JOURNÉE 2

5 octobre 2021
de 9h à 17h

- Réveil pédagogique.
- Présentation de deux crises associées aux troubles anxieux : l'attaque de panique et l'événement traumatique et plan d'action PSSM pour ces situations de crise.

Pause

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux hors situation de crise.
- Présentation des troubles psychotiques (idées reçues, signes et symptômes, interventions efficaces).

Pause déjeuner

- Présentation de la crise psychotique sévère et plan d'action PSSM.
- Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques hors situation de crise.

Pause

- Présentation des troubles liés à la consommation de substances, principalement alcool et cannabis (signes et symptômes, interventions efficaces).
- Présentation des situations de crise liées à la consommation de substances autres que les idées suicidaires déjà traitées (intoxication, conduites agressives, urgence médicale) et plan d'action PSSM pour ces situations de crise.
- Le plan d'action PSSM pour les troubles liés à la consommation de substances hors crise.
- Conclusion, retour sur les attentes.



Intervenante
ISABELLE ZAKIA

Psychologue clinicienne,
formatrice accréditée PSSM