

## FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE

Les Premiers Secours en Santé Mentale 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. L'objectif est de dispenser cette formation à un public large, pour contribuer à déstigmatiser les troubles psychiques en faisant évoluer les représentations sociales sur les pathologies.

Le gouvernement a intégré la formation des étudiants aux PSSM comme une des 25 mesures phares de santé publique pour la période 2019-2022.

### OBJECTIFS

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage.
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté pour apporter une aide.
- Informer, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats et en cas de crise relayer au service le plus adapté.
- Mieux faire face aux comportements agressifs.
- Maîtriser un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

### PROGRAMME

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.

- **Des troubles de santé mentale émergents** : dépression, anxiété, psychose, problèmes liés à la consommation de substance
- **Des crises en santé mentale** : pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, événements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques, conduites agressives

Le manuel PSSM France remis à chaque secouriste en santé mentale à l'issue des formations. Un certificat sera délivré à la fin de la formation.

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques liés à des situations vécues, et débats à partir de supports vidéo. Échanges sur les expériences et interactivité (dont des mises en situation et des outils pédagogiques interactifs).

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème (voire en crise) de santé mentale.
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale.
- Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale.

Notre établissement est accessible aux personnes en situation de handicap. Nous contacter pour plus d'informations : [ara\\_handi@lecnam.net](mailto:ara_handi@lecnam.net)

### Informations pratiques :

#### DATES

Nous consulter

#### DURÉE

14h sur 2 jours

#### NOMBRE DE PARTICIPANTS

8 minimum / 16 maximum

#### MODALITÉS

Formation Inter et Intra-entreprise  
Présentiel

#### LIEU

Cnam Auvergne-Rhône-Alpes  
4 rue Ravier  
69007 LYON

#### PUBLIC ET PRÉREQUIS

Aucun prérequis

#### INTERVENANT

Sabrina ARNAUD  
Psychologue du Travail  
Formatrice accréditée PSSM France

#### PRIX

400 € H.T.  
*non assujetti à la TVA*

Formation Intra :  
Nous consulter

Pour nous contacter :

4 rue Ravier, 69007 Lyon

04.78.58.19.17

[ara\\_fc@lecnam.net](mailto:ara_fc@lecnam.net)