



## Modalité pédagogique

PRÉSENTIEL

Référence —

**PSSMJ**

### PRÉREQUIS

Aucun.

### PUBLIC

Tout public à partir de 18 ans.

### ORGANISATION

De 8 à 16 participants.

### INTERVENANTS

Formateurs certifiés par PSSM France, experts dans l'accompagnement des jeunes.

### ÉVALUATION

Évaluation des acquis tout au long de la formation. Évaluation à chaud et à froid.

La formation doit être suivie en totalité pour être certifiée. Certificat de réalisation et attestation de secouriste en santé mentale délivrés par PSSM France.



## Objectif

Acquérir les compétences nécessaires pour apporter un soutien initial aux jeunes de 12 à 25 ans qui subissent un trouble de santé mentale ou une crise de santé mentale.

### — EN RÉSUMÉ

Les Premiers Secours en Santé Mentale Jeunes constituent l'aide qui est apportée à un jeune (âgé de 12 à 25 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.

### — COMPÉTENCES VISÉES

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale.
- 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.

### — PÉDAGOGIE

- Apports théoriques, méthodologiques et pratiques.
- Analyse de situations à partir d'exercices pratiques, de jeux de rôles et d'échanges.
- Livrable : Le manuel de formation PSSM, le support essentiel de la formation, est remis à chaque stagiaire.

### — LES ÉLÉMENTS FORTS DE CETTE FORMATION CITOYENNE

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.

## Le programme

### JOUR 1

*Introduction à la santé mentale et aux interventions*

- Santé mentale chez les adolescents et les jeunes adultes en France (facteurs de risque, statistiques, conséquences).
- Interventions efficaces adaptées à cette tranche d'âge.

*Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale*

- Premiers Secours en Santé Mentale - Cadre des premiers secours en santé mentale pour cette population - Le plan d'action AERER.

*Présentation de la dépression*

- Signes et symptômes spécifiques à la dépression chez les jeunes.
- Interventions adaptées.

*Le plan d'action pour la dépression*

- Actions pour la dépression.
- Crise suicidaire : Présentation - Comment assister.

*Les troubles anxieux*

- Présentation des troubles anxieux - Signes et symptômes spécifiques - Interventions adaptées.

### JOUR 2

*Le plan d'action pour les troubles anxieux*

- Rappel des troubles anxieux.
- Plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de panique et chocs post-traumatiques.
- Crise d'attaque de panique : Présentation - Comment assister.
- Crise après un événement traumatique : Présentation - Comment assister.

*Les troubles psychotiques*

- Présentation des troubles psychotiques -

Signes et symptômes spécifiques.

*Le plan d'action pour les troubles psychotiques*

- Actions pour les troubles psychotiques.
- Crise psychotique sévère : Présentation - Comment assister.
- Premiers secours pour les troubles psychotiques.

*L'utilisation des substances et le plan d'action*

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances - Signes, symptômes, et interventions adaptées.
- Actions pour l'utilisation de substances.
- Crises liées à l'utilisation de substances : Gestion des crises.
- Crises d'agressivité : Présentation et gestion.
- Urgences médicales liées aux substances.