

Programme de formation – Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) Module jeune



En présentiel

À qui s'adresse la formation ?

Cette formation s'adresse à tout public adulte à partir de 18 ans : salariés, particuliers, bénévoles associatifs, professionnels du médico-social, de l'éducation, du soin et de l'accompagnement. Aucun prérequis n'est nécessaire. **Le module Jeunes a été spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs.**

Compétences visées

- Identifier et comprendre les troubles psychiques courants.
- Appliquer le plan d'action PSSM en situation réelle.
- Développer une posture d'écoute active et d'accompagnement.
- Renforcer les compétences relationnelles : rassurer, orienter, soutenir.

Modalités D'évaluation

Avant la formation

- Questionnaire de positionnement initial : permet d'identifier les connaissances de base et les attentes des participants.
- Expression des besoins : échanges avec le formateur pour ajuster le contenu si nécessaire.

Pendant la formation

- Évaluations formatives intégrées dans les activités :
 - Études de cas pratiques,
 - Jeux de rôle (simulation d'une crise),
 - Questions-réponses collectives,
- Observation par le formateur de la participation, de la compréhension et de la mise en pratique du plan d'action PSSM.

Après la formation

- Post-test / quiz de validation : évaluation des acquis par rapport aux objectifs pédagogiques.
- Questionnaire de satisfaction : recueillir l'avis des participants sur l'organisation, le contenu, la pédagogie et l'utilité de la formation.
- Attestation de fin de formation remise à chaque stagiaire : mentionne la durée, les objectifs et la validation de la participation.

Objectifs de la formation

A l'issue de l'action de formation, les apprenants seront capables de :

- Comprendre les troubles de santé mentale chez les jeunes
- Savoir repérer et gérer les situations de crise
- Développer une posture d'écoute, de soutien et d'orientation adaptée

Pré-requis

- Aucun prérequis.
- Formation ouverte à toute personne majeure (18 ans et +).

Durée

14 h (2 jours consécutifs).

Condition de mise en oeuvre

Approche et moyens pédagogiques:

Apports théoriques, exercices pratiques, mise en situation
Soutenance orales, simulations.

Délais et modalités d'accès

- Inscription : sur simple demande de l'entreprise ou du particulier, via devis et convention de formation signés.
- Délai d'accès : les inscriptions sont possibles jusqu'à 15 jours avant le début de la session, dans la limite des places disponibles.
- Validation : la participation est confirmée après réception du devis signé et/ou de la convention de formation.
- Accessibilité : un entretien préalable peut être proposé pour identifier les besoins spécifiques (notamment en cas de handicap) et prévoir les aménagements nécessaires.

Ressources et moyens techniques

En présentiel :

- Support pédagogique officiel PSSM France remis à chaque participant.
- Matériel pédagogique :
- Ordinateur et vidéoprojecteur pour les présentations
- Encadrement : formateur accrédité PSSM France, garant de la qualité et de la conformité du contenu.

Programme de formation – Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) Module jeune



En présentiel

PROGRAMME DE FORMATION

● Première demi-journée

Session 1.1 (1h30) : Introduction aux PSSM, aux troubles psychiques et au développement de l'adolescent

- Présentation du déroulé de la formation
- Santé mentale et troubles psychiques
- Cadre des Premiers Secours en Santé Mentale
- Santé mentale et troubles psychiques chez les jeunes
- Développement à l'adolescence et impact des troubles
- Compétences psychosociales

Session 1.2 (2h) : Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Rôle du secouriste en santé mentale
- Plan d'action PSSM (AERER)
- Personnes et lieux ressources pour les jeunes
- Dépression – 1^{re} partie : introduction au trouble dépressif
- Trouble bipolaire
- Interventions efficaces dans la dépression

● Deuxième demi-journée

Session 2.1 (2h30) : Dépression – 2^e partie

- 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 (1h) : Anxiété – 1^{re} partie

- Différents types de troubles anxieux
- Interventions efficaces dans les troubles anxieux

● Troisième demi-journée

Session 3.1 (1h30) : Anxiété – 2^e partie

- 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 : attaque de panique

Session 3.2 (2h) : Troubles du comportement alimentaire

- Information générale sur les TCA et leurs signes
- Focus sur l'anorexie mentale, la boulimie et l'hyperphagie boulimique
- Interventions efficaces dans les TCA
- Plan d'action PSSM pour les TCA

● Quatrième demi-journée

Session 4.1 (2h) : Troubles psychotiques

- Information générale sur les troubles psychotiques et leurs signes
- Démonstration d'hallucinations auditives
- Traitements efficaces et intervention précoce
- Plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques

Session 4.2 (1h30) : Substances

- Information générale sur les signes d'abus de substances
- Comportements liés à l'abus de substances avec ou sans produit
- Plan d'action PSSM (AERER)
- Situations de crise : intoxication, conduites agressives, urgence médicale, pensées suicidaires

Tarif

Tarif par participant : 250 €

- Ce tarif comprend :
 - La participation à la formation (14 heures sur 2 jours),
 - Les supports pédagogiques officiels PSSM France,
 - L'attestation officielle de fin de formation.
- Ce tarif ne comprend pas : les frais éventuels de repas, déplacements ou hébergement du stagiaire.

La formation est éligible à une prise en charge par l'OPCO de l'entreprise pour les salariés.

Pour les particuliers, un financement personnel est possible.

Accessibilité de la formation aux personnes en situation de handicap

La formation est accessible aux personnes en situation d'handicap (PSH).

Mme Bonhomme Alexandra, gérante du centre de formation ABCI FORMATION est référente handicap.

Certification et Attestation

- À l'issue de la formation, chaque participant se voit remettre une attestation officielle de secouriste en santé mentale, délivrée par PSSM France.
- Cette attestation certifie la participation à la formation complète (14 heures).
- Elle est reconnue au niveau national par l'association PSSM France, membre de la fédération internationale Mental Health First Aid (MHFA).
- En cas d'absence partielle, l'attestation ne peut pas être délivrée (obligation d'assiduité sur les 14 heures).

Formateur

Jean-Christophe OUF, infirmier diplômé d'État et formateur accrédité PSSM France.

Plus de 15 ans d'expérience en santé mentale au Centre Psychothérapique de l'Orne (adolescents, admissions, hôpital de jour).

Intervenant auprès d'étudiants infirmiers et aide-soignants (IFSI Croix Rouge, IFAS).

Anime des sessions PSSM depuis 2023, avec une expertise en prévention des crises psychiques et en accompagnement.

Spécialiste de l'écoute, de la gestion des situations de crise et de l'animation pédagogique.

Lieu de formation

« La formation se déroule en présentiel, dans les locaux d'ABCI Formation ou dans les locaux mis à disposition par l'entreprise cliente / un organisme partenaire, adaptés à l'accueil des participants. »

Éléments forts

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