

# Premiers Secours en Santé Mentale

## Module Jeunes

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

**PUBLIC CONCERNÉ :** Tout public à partir de 18 ans

**PRÉ-REQUIS :** AUCUN

**DURÉE :** 14h

**PROFIL FORMATEUR :** Formateur accrédité par PSSM France

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

- **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 l'information adaptée**
- **Mieux faire face aux comportements agressifs**

### 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

### Contenu détaillé de la formation

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux jeunes 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
- Problèmes d'anxiété
- Troubles du comportement alimentaire
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance

### Crises en santé mentale :

- Pensées et comportements suicidaires
- Automutilations non suicidaires
- Attaques de panique
- Évènements traumatiques
- États sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques
- Comportements agressif

### **Méthodes pédagogiques**

Méthodes adaptées aux groupes et aux modules : Apports théoriques. Méthodes : active, participative, interrogative, mises en situations simulées, études de cas...

### **Modalités d'évaluations**

Questions/réponses, quizz, études de cas, mises en situation...

### **Inscription :**

Par mail à [sp@espritformation.fr](mailto:sp@espritformation.fr) ou par téléphone au 06 60 75 68 58.

Un délai d'au moins 15 jours est nécessaire pour la mise en œuvre des formations en intra.

Voir [le calendrier](#), ou planification en fonction de la demande.

### **Handicap :**

Merci de contacter notre référent au 06 60 75 68 58 afin de déterminer les adaptations envisageables