PROGRAMME DE FORMATION

PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE (PSSM) - module jeunes

L'OMS rapporte que « la moitié des problèmes de santé mentale commencent avant l'âge de 14 ans, mais la plupart des cas ne sont ni détectés ni traités ».

Les Premiers Secours en Santé Mentale Jeunes constituent l'aide qui est apportée à un jeune 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 eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté. Le module PSSM jeunes forme les adultes qui vivent ou s'occupent d'adolescents.

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 de l'information.
- Tester et s'approprier un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

ÉLÉMENTS FORTS :

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou 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

PUBLIC CONCERNÉ :

Tout public majeur.

La formation Premiers Secours en Santé Mentale Jeunes est une formation citoyenne, destinée aux adultes qui travaillent ou vivent avec des adolescents et jeune majeurs (parents, assistantes sociales, enseignants…).

PRÉREQUIS :

Aucun prérequis n'est demandé.

DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉ D'ORGANISATION :

14h de formation en présentiel répartis en 2 jours (consécutifs ou non) de 9h à 17h (1h de pause déjeuner) ou répartis en 4 demi-journées (par exemple 9h-12h30 et/ou 13h30-17h).

16 stagiaires maximum par session pour les sessions en présentiel. Et 8 personnes minimum.

LIEU DE LA FORMATION :

En intra dans les locaux de la structure.

CONTENU DETAILLÉ DE LA FORMATION :

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.

Jour 1 :

Demi-journée 1 :

- ✓ Introduction aux troubles psychiques et au développement de l'adolescent
- ✓ Premiers Secours en Santé Mentale : pourquoi PSSM ? / Le plan d'action PSSM

Demi-journée 2 :

- ✓ Dépression : signes et symptômes / Interventions
- ✓ Le plan d'action PSSM pour la dépression chez les jeunes
- Premiers Secours en cas de crise pour les pensées et les comportements suicidaires,
- Premiers Secours en cas de crise pour les automutilations non-suicidaires
- ✓ L'anxiété chez les jeunes : différents types de troubles anxieux : signes et symptômes Interventions efficaces dans les troubles anxieux

Jour 2 :

Demi-journée 3 :

- ✓ Le 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 : l'attaque de panique
- ✓ Les troubles des conduites alimentaires : les TCA et leurs signes
- Les interventions efficaces pour les types de TCA
- Le plan d'action PSSM pour les TCA

Demi-journée 4 :

- ✓ Troubles psychotiques : signes et symptômes / Interventions
- ✓ Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques :
- Traitements efficaces et intervention précoce
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques

- ✓ Troubles liés à l'utilisation de substances : signes, symptômes et interventions
  Informations générales et les signes d'abus de substances
  Comportements et addictions comportementales
- ✓ Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances :
- Premiers Secours pour l'intoxication à la substance.
- Premiers Secours pour les conduites agressives
- Premiers Secours pour l'urgence médicale et les pensées suicidaires

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

Présentation Power Point.

Apports théoriques liés à des cas pratiques, et débats à partir de supports vidéo.

Echanges sur les expériences et interactivité (dont des mises en situation et des outils pédagogiques interactifs).

PROFIL FORMATEUR : Claire RHODE, formatrice accréditée PSSM France

MODALITÉS D' ÉVALUATION :

Le stagiaire pourra bénéficier de son attestation de secouriste en santé mentale s'il a participé aux 14h de formation.

MOYENS TECHNIQUES :

Guide PSSM fournit à chaque participant.

CONTACT : Julie BEAUVAIS : j.beauvais@fsm45.fr / 06 88 93 75 61

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :

« *Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation* ».