



## **PSSM : PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE PROGRAMME DE FORMATION**

### **JOUR 1 :**

#### **Matin**

Troubles psychiques

- Facteurs de risque, statistiques et conséquences
- Interventions
- Rétablissement

Premiers Secours en Santé Mentale

- Pourquoi PSSM ?
- Le plan d'action PSSM

Dépression

- Signes et symptômes
- Interventions.

#### **Après-midi**

Le plan d'action PSSM pour la dépression

- Premiers Secours dans le cas d'idées et de comportements suicidaires
- Interventions précoces en l'absence de crise pour la dépression

Troubles anxieux

- Signes et symptômes
- Intervention

## **JOUR 2 :**

### **Matin**

Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux

- Premiers Secours dans la crise d'attaque de panique.
- Premiers Secours dans la crise après un événement traumatique
- Interventions précoces en l'absence de crise pour le trouble anxieux

Troubles psychotiques

- Signes et symptômes
- Interventions.

### **Après-midi**

Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques

- Premiers Secours dans la crise psychotique sévère
- Interventions précoces en l'absence de crise pour le trouble psychotique

Trouble lié à l'utilisation de substances

- Signes, symptômes et Interventions

Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances

- Premiers Secours dans la crise liée à l'utilisation de substances
- Premiers Secours dans la crise d'agressivité
- Interventions précoces en l'absence de crise pour le trouble lié à l'utilisation de substances



## **PSSM : PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE OBJECTIFS PEDAGOGIQUES**

Les objectifs pédagogiques du dispositif PSSM sont les suivants :

- Connaître le plan d'actions des Premiers Secours en Santé Mentale, en vue d'aider un proche qui développe un trouble psychique, ou dont le trouble déjà existant s'aggrave.
- Savoir reconnaître les signes d'une crise liée à la santé mentale.
- Connaître le plan d'actions en cas de crise liée à la santé mentale.
- Développer des compétences d'écoute active.
- Connaître les interventions et soutiens efficaces recommandés par le guide référence des Premiers Secours en Santé Mentale.
- Développer des compétences de soutien intracommunautaire (famille, travail, amis, relation publique...)
- Savoir graduer son inquiétude sur une situation en lien avec un trouble psychique.

**Informations et demande de devis :**

**Maéva Catillon, Chargée de coordination des Actions de Formation, Santé Mentale France**  
[m.catillon@santementalefrance.fr](mailto:m.catillon@santementalefrance.fr)