



NOSTRA MENTE



**Formateur
accrédité**
Premiers Secours
en Santé Mentale

Premiers Secours en Santé Mentale

Module Standard

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 premiers secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

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 adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

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

CONTENU DÉTAILLÉ 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 :

Le programme se déroule en 7 modules de 2 heures :

Module 1 : Les troubles psychiques et les Premiers Secours en Santé Mentale

- Introduction à la santé mentale
- Représentations et enjeux de la santé mentale
- Facteurs de risque et de protection
- Présentation des Premiers Secours en Santé Mentale
- Le rôle du secouriste en santé mentale
- Introduction au plan d'action AERER

Module 2 : Les troubles dépressifs

- Présentation des troubles dépressifs
- Signes et symptômes
- Retentissements dans la vie quotidienne
- Identification des troubles à partir de situations concrètes
- Exercice participatif (analyse des manifestations visibles et invisibles)

Module 3 : Premiers Secours en cas de troubles dépressifs

- Application du plan d'action AERER aux troubles dépressifs
- Conduite à tenir face à une personne en difficulté
- Introduction à la crise suicidaire
- Repérage des signes d'alerte
- Jeux de rôle et mises en situation

Module 4 : Les troubles anxieux

- Présentation des troubles anxieux
- Manifestations physiques, psychologiques et comportementales
- Identification des signes d'anxiété
- Exercices pratiques (repérage des symptômes)
- Travail en groupe autour des représentations de l'anxiété

Module 5 : Premiers Secours en cas de troubles anxieux

- Application du plan d'action AERER aux troubles anxieux
- Gestion des crises d'angoisse et attaques de panique
- Posture et communication adaptées
- Mises en situation et jeux de rôle

Module 6 : Premiers Secours en cas d'utilisation de substances

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
- Repérage des signes d'usage problématique
- Application du plan d'action AERER
- Conduite à tenir face à une personne concernée
- Études de cas et mises en situation

Module 7 : Premiers Secours en cas de troubles psychotiques

- Présentation des troubles psychotiques
- Signes et symptômes (hallucinations, idées délirantes, désorganisation)
- Application du plan d'action AERER
- Communication adaptée
- Encouragement au recours à une aide professionnelle
- Travail en sous-groupes et mises en situation

Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...)

Votre contact :
@ virginie.deau@nostra-mente.com 06 20 13 79 04

Nostra mente

CONDITIONS D'ACCÈS

PUBLIC

Tout public à partir de 18 ans

PROFIL DU FORMATEUR

- Formatrice accréditée par PSSM-France
- Psychologue social
- Organisme certifié Qualiopi

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis

DURÉE 14 heures

- 2 jours en présentiel ou 4 demi-journées
OU
- 7 séances de 2H en visioconférence

LIEU

Plateforme ZOOM
Ordinateur, caméra et micro requis

TARIFS

- 1875 € intra-muros pour 8 à 10 personnes
- 250 € Tarif individuel (autofinancement)
- 350 € Tarif avec prise en charge (OPCO / France Travail / employeur)

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS :

L'inscription est validée après réception du bulletin d'inscription ou de la convention signée.

L'entrée en formation s'effectue selon le calendrier des sessions programmées ou à convenir avec le commanditaire.

Les délais d'accès sont généralement compris entre 1 et 3 mois.

Ces délais peuvent varier en fonction des modalités de financement et des contraintes organisationnelles.

ACCESSIBILITÉ :

Des aménagements sont possibles pour les personnes en situation de handicap. Merci de nous contacter en amont.

contact & devis : virginie.deau@nostra-mente.com /06 20 13 79 04