

# PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

DCT18



## STATUTS

Dirigeant, Employé, Cadre et agent de maîtrise, Demandeur d'emploi, Tout public La formation ne nécessite aucun pré-requis

## PRÉREQUIS

## DURÉE

14H00, soit 2 jours

€ **TARIF**  
280 €

## CERTIFICATIONS

Attestation de stage

## PROCHAINE(S) SESSION(S) : 2026

Besançon	1 <sup>re</sup> Session : 16/06 et 25/06 2 <sup>e</sup> Session : 03/12 et 10/12
Belfort	1 <sup>re</sup> Session : 05/10 et 06/10

## CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

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

# 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

Tester et s'approprier un plan d'action pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

## PROGRAMME

### DEMI-JOURNÉE 1

Introduction et aperçu des sessions

#### Session 1.1 - Introduction à la santé mentale et aux interventions

- Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)
- Interventions efficaces

#### Session 1.2 - Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- Premiers Secours en Santé Mentale
- Cadre des premiers secours en santé mentale
- Le plan d'action AERER
- Présentation de la dépression
- Signes et symptômes
- Interventions

### DEMI-JOURNÉE 2

#### Session 2.1 - Le plan d'action pour la dépression

- Rappel de la dépression
- Action 1 pour la dépression
- Crise suicidaire : Présentation

#### Session 2.2 - Les troubles anxieux

- Présentation des troubles anxieux
- Signes et symptômes
- Interventions

## DEMI-JOURNÉE 3

### Session 3.1 - Le plan d'action pour les troubles anxieux

- Rappel des troubles anxieux
- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post- traumatique
- Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)
- Crise d'attaque de panique : Présentation - Assister
- Crise après un événement traumatique : Présentation - Assister

### Session 3.2 - Les troubles psychotiques

- PSSM pour les troubles anxieux
- Présentation des troubles psychotiques
- Signes et symptômes
- Interventions

## DEMI-JOURNÉE 4

### Session 4.1 - Le plan d'action pour les troubles psychotiques

- Rappel des troubles psychotiques
- Action 1 pour les troubles psychotiques
- Crise psychotique sévère : Présentation - Assister
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques

### Session 4.2 - L'utilisation des substances et le plan d'action

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
- Signes, symptômes
- Action 1 pour l'utilisation de substances
- Crise liée à l'utilisation de substances
- Crise d'agressivité
- Urgence médicale
- PSSM pour l'utilisation des substances



## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Le/la formateur-trice met l'accent sur une pédagogie active, ludique et participative fondée sur le travail collectif et les échanges: Rétroprojection du support, vidéos, cas pratiques...

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation des acquis/des apprentissages portera sur les connaissances assimilées par le stagiaire tout au long de la formation. Le formateur s'assure de l'assimilation des connaissances à travers des quizz tout au long de la formation et par une évaluation écrite en fin de formation.

Rejoignez-nous et suivez-nous sur :



#### BESANÇON

46, avenue Villarceau  
25000 Besançon  
Tél. : 03 81 25 26 06

#### BELFORT

1, rue du Docteur Fréry  
90000 Belfort  
Tél. : 03 84 54 54 84

#### VESOUL

1, rue Victor Dollé  
70000 Vesoul  
Tél. : 03 84 96 71 08

#### LONS-LE-SAUNIER

87, Place de la Comédie  
39000 Lons-le-Saunier  
Tél. : 03 84 86 42 07

Pour toute demande d'informations : [contact@sifco.eu](mailto:contact@sifco.eu)