

# Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)

**RÉFÉRENTE PÉDAGOGIQUE**  
Chantal MAGNET  
chantal.magnenet@irts-fc.fr  
Tel : 03 81 41 67 76

**RÉFÉRENTE ADMINISTRATIVE**  
Caroline VINCEDEAU  
caroline.vincendeau@irts-fc.fr  
Tel : 03 81 41 61 14

**INSTITUT RÉGIONAL  
DU TRAVAIL SOCIAL**

1 rue Alfred de Vigny -  
CS 52107  
25051 Besançon Cedex  
Tél. : 03 81 41 61 00  
Fax : 03 81 41 61 39  
Courriel : irts-fc@irts-fc.fr

[www.irts-fc.fr](http://www.irts-fc.fr)



**Premiers Secours  
en Santé Mentale  
France**

APPRENDRE À AIDER



## PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

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. L'objectif est de dispenser cette formation à un public large (550 000 personnes entre 2001 et 2016 en Australie), pour contribuer à dé-stigmatiser les troubles psychiques en faisant évoluer les représentations sociales sur les pathologies, mais aussi à améliorer la situation des personnes touchées par ces troubles en réduisant leur isolement.

Le dispositif a l'avantage de proposer à un niveau national des contenus de formation et supports pédagogiques homogènes, validés et connus par tous (pouvoirs publics, représentants des usagers, professionnels...). Ces supports sont actualisés régulièrement au gré des avancées en matière de recherche, de politique de santé, de demande sociale. Le projet permet également de s'inscrire dans un programme international structuré, ayant fait l'objet de nombreuses études de mesure d'impact et de bénéficier de l'expérience acquise par les pays précurseurs.

Le gouvernement a intégré la formation des étudiants aux PSSM comme une de 25 « mesures phares » de santé publique pour la période 2019-2022. La formation des professionnels de l'habitat inclusif pour favoriser le logement dans la cité des personnes en situation de handicap d'origine psychique fait également partie de la feuille de route.

### PUBLIC ET PRÉREQUIS

Formation citoyenne tout public.

Aucun prérequis n'est nécessaire, sinon un intérêt pour ces questions.

### DURÉE / LIEU

Formation de 14h (2 journées) - groupes de 10 personnes minimum 16 personnes maximum

**Plusieurs sessions proposées chaque année à l'IRTS de Franche-Comté (voir site internet)**

Formation en intra : nous consulter

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

En articulation avec les Projets Territoriaux de Santé Mentale, il s'agit d'améliorer la détection et l'intervention précoce face aux troubles mentaux, et de renforcer les compétences psycho-sociales des apprenants en leur permettant de :

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage.
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté pour apporter une aide.
- Informer, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats et en cas de crise relayer au service le plus adapté.
- Mieux faire face aux comportements agressifs.
- Maîtriser un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

## CONTENU DE LA FORMATION

D'une durée de 14h, 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.

- Des troubles de santé mentale émergents : dépression, anxiété, psychose, problèmes liés à la consommation de substance
- Des crises en santé mentale : pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, évènements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques, conduites agressives.

### MÉTHODE ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques liés à des situations vécues, et débats à partir de supports vidéo.

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

Une démarche pédagogique participative pour :

Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème (voire 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.

### COÛT DE LA FORMATION

**250 € par personne manuel PSSM fourni.**

### PRISE EN CHARGE FINANCIÈRE

Financement par l'employeur

Financement par le salarié (inscription individuelle)

Étudiants / bénévoles se rapprocher du Conseil Local de Santé Mentale du Grand Besançon (clsm@besancon.fr)

### VALIDATION DE LA FORMATION

Un certificat de formation sera délivré à chaque participant par PSSM France une fois l'évaluation en ligne sur le site internet de PSSM France complétée.

Une attestation de présence sera délivrée à chaque participant par l'IRTS.

### INTERVENANT

**Chantal MAGNET**, formatrice accréditée PSSM France

Seuls les formateurs accrédités par PSSM France peuvent organiser les formations de secouristes en santé mentale.

L'IRTS est enregistré sous le numéro de formation professionnelle 43 25 00 124 25 - SIRET 349 432 443 000 43