

# Formation Initiale PSSM

## Premiers secours en santé Mentale

La formation "Premiers Secours en Santé Mentale" (PSSM) est conçu pour former des secouristes capables d'aider des personnes en détresse psychologique.

Selon l'article L4121-1 du Code du Travail : " L'employeur prend les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs. "

### Objectifs

- Acquérir des connaissances de base : Comprendre les troubles de santé mentale, leurs symptômes et leur impact.
- Identifier et intervenir : Être capable de reconnaître les signes de détresse psychologique et de réagir de manière appropriée.
- Apporter un soutien initial : Savoir comment offrir une aide immédiate et orienter vers les services professionnels.
- Améliorer les compétences relationnelles : Développer une écoute active, sans jugement, et savoir rassurer la personne en détresse.
- Gérer les crises : Apprendre à gérer des situations comme la crise suicidaire ou les comportements agressifs.

### Nombre de participants

Jusqu'à 10 participants

### Compétences du formateur

Formateur PSSM

### Logistique à prévoir

Salle de 20m2 minimum

### Matériel Pédagogique

Un ordinateur + présentation supports projetés

### Maintien des compétences conseillé

Maintien des acquis recommandé tous les 24 mois

### Public concerné

Tout salarié de l'entreprise

### Prérequis

Aucun pré-requis nécessaire

### Durée

14 heures 2 Jours

### Tarif

Nous consulter

### Modalités et délais d'inscription

Formation en présentiel avec émargement  
(Inter-entreprise : inscription selon planning de formation)

### Accessibilité

Pour les personnes en situation de handicap : nous consulter

### Validation

Méthodes de validation : Épreuve théorique et pratique

Modalités de validation de la formation :  
certificative

Remise d'une attestation (accréditation PSSM)

### Programme

#### ✓ • **Introduction à la santé mentale (3 heures) :**

Santé mentale en France : Statistiques, facteurs de risque, et conséquences des troubles mentaux.

Interventions efficaces : Méthodes et cadres d'intervention en santé mentale.

#### • **Les Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) (2 heures) :**

Plan d'action AERER : Analyse, Écoute, Réassurance, Encouragement, et Redirection vers les soins professionnels.

Crise suicidaire : Reconnaître et intervenir en cas de risque suicidaire.

#### • **Troubles spécifiques (5 heures) :**

Dépression : Signes, symptômes, et interventions.

Troubles anxieux : Comprendre les attaques de panique et le trouble de stress post-traumatique.

Troubles psychotiques : Identification des symptômes et gestion des crises psychotiques sévères.

Troubles liés aux substances : Gestion des comportements agressifs et urgences médicales liées à la consommation.

#### • **Ateliers pratiques et mises en situation (4 heures) :**

Cas pratiques et exercices : Appliquer les connaissances théoriques à des situations simulées.

Débats et échanges d'expériences : Partage et réflexion collective autour de cas concrets.