

# Premiers Secours en Santé Mentale

## Module Jeune

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.

**Le module Jeunes a été spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs.**

### 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.
- Mieux faire face aux comportements agressifs

### Éléments forts

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des jeunes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux jeunes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale

## **Contenu détaillé de la formation**

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux jeunes 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
- Problèmes d'anxiété
- Troubles du comportement alimentaire
- Psychose
- Problèmes liés à la dépendance

### **Crises en santé mentale :**

- Pensées et comportements suicidaires
- Automutilations non suicidaires
- Attaques de panique
- Evènements traumatisques
- Etats sévères de psychoses
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques
- Comportements agressifs

## **Conditions d'accès :**

<b>PUBLIC</b> Tout public à partir de 18 ans	<b>PROFIL FORMATEUR</b> Formateur accrédité par PSSM France
<b>PRÉ-REQUIS</b> Pas de pré-requis	<b>DURÉE</b> 14 heures (2 jours ou 4 demi-journées)