

PROGRAMME DE FORMATION

La sécurité psychologique en Entreprise : une responsabilité partagée Via la formation PSSM

Dans un contexte très anxiogène, les Entreprises doivent prendre en compte leur santé mentale : 22 % des longs arrêts maladie sont liés à des troubles psychologiques ou à une grande fatigue, 44 % des salariés seraient en détresse psychologique et vous Dirigeant ?

La formation aux Premiers Secours en Santé Mentale constitue 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 premier secours qui apportent une aide physique à une personne en difficulté.

Quel intérêt à se former ?

Les troubles psychiques sont courants en particulier la **dépression**, l'**anxiété** et le **mésusage de l'alcool et de la drogue**

Les personnes ne sont pas suffisamment bien informées pour pouvoir déceler, réagir, accompagner, orienter pour **SOI** et pour les **AUTRES**

Un bon nombre de personnes souffrant de troubles psychiques **ne cherchent pas à se faire aider ou tardent à le faire**

Parfois les personnes souffrant de troubles psychiques **ne se rendent pas compte qu'elles ont besoin d'aide** ou ignorent qu'il existe une aide efficace vers laquelle elles peuvent se tourner

Les troubles psychiques vont de pair avec **stigmatisation (préjugés) et discrimination** dégradant les relations interpersonnelles au sein des Entreprises

L'aide de professionnels n'est pas toujours disponible immédiatement lorsque les symptômes apparaissent

Être identifié(e) SECOURISTE EN SANTE MENTALE, c'est :

Être capable de reconnaître l'ensemble des symptômes des différents troubles et crises liés à la santé mentale et d'apporter une aide de première intention et d'orienter la personne vers des prises en charge appropriées et d'autres formes de soutien

Mettre en confiance une personne qui vient vers vous et/ou vers qui vous allez. C'est permettre à chacun(e) de se montrer vulnérable sans crainte de répercussions négatives.

Permettre à l'Entreprise de se donner les moyens de gérer sa santé mentale, en formant des personnes en contact, dans leur quotidien, aux relations humaines : Dirigeant, RH, Manager, Infirmier ...



PROGRAMME DE FORMATION

PUBLIC CONCERNÉ :

Tout public à partir de 18 ans

PRÉ-REQUIS :

Pas de pré-requis nécessaires

DURÉE EN PRÉSENTIEL :

2 jours soit 14h00

DATES :

A définir

HORAIRES :

9h – 12h puis 13h – 17h

COÛT DE LA FORMATION :

270 € net de taxes (manuel inclus)
/ personne

DÉLAI D'ACCES :

Inscription minimum 1 mois avant le
début de la formation

EFFECTIF GROUPE :

Mini 8 à Maxi 16 participants

LIEU :

21/23 rue de Courcelles REIMS

Stationnement payant

LIEU - ACCESSIBILITE : ascenseur



Si besoin d'adapter notre
formation, merci de prendre contact
avec nous en amont

ecole.des.pme@cpme51.fr

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✓ 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



PROGRAMME DE FORMATION

CONTENU 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.

DEMI-JOURNÉE 1

- > Signes et symptômes
- > Interventions **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

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 – Assister

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

PROGRAMME DE FORMATION

Session 3.2 – Les troubles psychotiques

- PSSM pour les troubles anxieux (suite)
- 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 (suite)

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

- Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
 - > Signes, symptômes
 - > Interventions
- 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 (suite)

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

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

SUPPORT REMIS

Manuel des premiers secours en santé mentale

MOYENS PERMETTANT D'APPRÉCIER LES RÉSULTATS DE L'ACTION :

Durant la formation :

Mise en situation – études de cas – questions orales et/ou écrites



PROGRAMME DE FORMATION

A fin de la formation

Évaluation à chaud de la formation

Après la formation :

Envoi d'un questionnaire d'auto-évaluation à froid au stagiaire pour évaluer le transfert des acquis formation

Envoi d'un questionnaire à froid Entreprise pour évaluer le transfert des acquis en formation du ou des stagiaires

SANCTION DE LA FORMATION

Attestation de secouriste en santé mentale

Certificat de réalisation

PROFIL INTERVENANT :

Formatrice accréditée PSSM, module « standard » France.

Formatrice secouriste en santé mentale, module « jeune », France

Certifiée QUALIOP

LES + :

Après la formation, accès individuel permanent à la plateforme de PSSM France pour maintenir les compétences.

Une lettre des secouristes transmise tous les deux mois environ par PSSM France