



Owl Consulting

**SANTÉ
MENTALE**



PROGRAMME DE FORMATION

Les Premiers Secours en Santé Mentale Module Jeune

2 jours (14h)

Cette formation citoyenne s'adresse aux adultes vivant ou travaillant auprès d'adolescents et de jeunes adultes, afin de les sensibiliser à la reconnaissance des signes de souffrance psychique et à l'apprentissage d'un plan d'action pour apporter un soutien adapté.

Durant cette période majeure de transition, les jeunes peuvent être confrontés à des périodes de fragilité, d'anxiété, de mal-être, de décrochage ou de crise psychique. Ces situations, parfois difficiles à repérer, peuvent avoir des conséquences importantes sur leur équilibre, leur parcours scolaire, social et personnel.

Le rôle du secouriste en santé mentale Jeunes n'est pas de poser un diagnostic ni de se substituer aux professionnels, mais d'écouter avec bienveillance, de soutenir sans juger et d'orienter vers les ressources appropriées. La formation permet d'adopter une posture sécurisante et d'agir de manière structurée jusqu'à la prise en charge spécialisée.

La formation aborde des situations parfois difficiles : elle nécessite un engagement volontaire de chaque participant.

**Aider quelqu'un qui ne va pas bien, ça s'apprend.
Il y a une méthode.**



Premiers Secours en Santé Mentale - Module Standard

Présentiel - 2 jours (14h)



Objectifs de la formation

- Acquérir des connaissances de base sur les troubles psychiques
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et informer
- Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre



Public visé : A partir de 18 ans. Spécialement les adultes qui vivent ou travaillent avec des jeunes.

Prérequis : Aucun

Effectif : Groupe de 8 à 16 participants



Dates : Nous consulter

Horaires : 9h00-12h30 / 13h30-17h00

Lieu : Site entreprise ou en centre

Tarif : 250 € nets par personne Forfait de 3000 € nets pour un groupe de 16 participants

Programme

■ Avant

Un questionnaire d'auto-positionnement en ligne sera envoyé à chaque participant avant la formation.

■ Description / Contenu

La formation permet d'acquérir les compétences nécessaires pour apporter un soutien initial aux jeunes confrontés à l'apparition de troubles de santé mentale, à l'aggravation de troubles existants ou à une crise psychique.

Présentation et mise en application du plan d'action PSSM pour :

> Les troubles psychiques :

- Trouble dépressif
- Troubles anxieux
- Troubles psychotiques
- Troubles du comportement alimentaire
- Problèmes liés à la dépendance

> Les crises en santé mentale :

- Pensées et comportements suicidaires
- Automutilations non suicidaires
- Attaques de panique
- Événements traumatiques
- États psychotiques sévères
- Effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances psychoactives
- Comportements agressifs



Méthodes et supports pédagogiques

- Méthodes actives et participatives : échanges et réflexions collectives
- Activités en sous-groupes : travaux collaboratifs, débriefing
- Jeux de rôle et études de cas : mises en situation, analyse de cas concrets
- Outils pédagogiques : diaporama PPT, vidéos PSSM de témoignage et fictions, scénarios de cas
- Un manuel pédagogique imprimé PSSM France est remis aux stagiaires



Dispositifs d'évaluation

- L'évaluation des acquis en continu est réalisée à partir d'exercices pratiques et de temps d'échange en groupe.
- Un quiz, proposé au début de la formation et revisité à la fin, permet au participant de mesurer l'impact de la formation sur ses connaissances et ses représentations.
- Un questionnaire d'évaluation à chaud, complété en fin de formation, permet d'évaluer la pertinence des méthodes et des transferts d'apprentissage, tout en offrant au participant une auto-évaluation de son niveau de confiance pour intervenir dans des situations de besoin.



Sanction de la formation

- Une attestation de secouriste en santé mentale sera délivrée par PSSM France



Intervenante

- Formatrice pour adultes, spécialisée en santé mentale et en développement des aptitudes relationnelles et comportementales
- Formatrice accréditée PSSM France depuis 2023



Bénéfices pour les apprenants

Une démarche pédagogique participative permettant de :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des jeunes confrontés à un problème de santé mentale ou en situation de crise.
- Revoir et ajuster ses représentations sur la santé mentale.
- Renforcer son rôle d'aide et de soutien auprès des jeunes.

À l'issue de la formation, vous bénéficierez d'un accès individuel à la plateforme en ligne PSSM, vous permettant de maintenir et d'actualiser vos compétences. Vous recevrez également une lettre d'information régulière des secouristes ainsi qu'un podcast réalisé par PSSM France.



Délai d'accès

Pour les formations intra-entreprise, un délai de 8 semaines minimum est requis entre la signature du devis et le début de la formation.



Attentive l'inclusion aux personnes en situation de handicap, contactez-moi si besoin d'adapter la formation et nous étudierons les possibilités pour accueillir dans les meilleures conditions : edwige.lepage@owlconsulting.fr – 06 68 86 98 16.



Pour aller plus loin

Formations complémentaires :

- Prendre soin de sa santé mentale au travail
- Accompagner les collaborateurs en difficultés psychologiques
- Développer et renforcer ses compétences psychosociales
- Sensibilisation aux Risques Psychosociaux (RPS)
- Les conduites addictives en milieu professionnel / éducatif (Formation ou Atelier)
- Troubles des conduites alimentaires & Automutilations