Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)

Ressources Humaines - RSE

06/11/2026

Public et prérequis

Tout public

Les objectifs

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 adaptée
Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre

Les méthodes pédagogiques et d'encadrement

Moyens pédagogiques :

- Définitions et exemples concrets
- Situations concrètes professionnelles
- Exercices et mises en situation
- Feed-back
- Pédagogie expérientielle et théorique
- Analyse réflexive
  Chaque participant se verra remettre le manuel de PSSM France

Moyens techniques :

- PC, vidéoprojecteur, paperboard

Validation et certification

Attestation de formation

Contenu de la formation

DEMI-JOURNÉE 1

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
Signes et symptômes
Interventions

DEMI-JOURNÉE 2

RÉFÉRENCE
RHRS0054

DURÉE DE LA FORMATION
2 jours / 14 heures

ACCUEIL PSH
Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre concerné.

Les + Promeo

• 60 ans d'existence
• Une communauté de 3 100 alternautes
• 24 000 stagiaires formés par an
• 3 500 entreprises qui nous font confiance

• Un accompagnement personnalisé et un contact dédié
• L'expertise professionnelle de tous nos formateurs
• La diversité des diplômes sous accréditation par des partenaires de renom
• Une pédagogie active
• Des infrastructures technologiques et un environnement stimulant

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
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

Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs

Retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction…)

Modalité d’évaluation

Évaluation des acquis réalisée tout au long de la formation au travers de mises en situations et exercices