

FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE¹

INTRODUCTION

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 premier secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

Cette initiative vise à promouvoir l'idée de développer en France une formation aux premiers secours en santé mentale. Cette formation, dispensée à des publics larges (550 000 personnes entre 2001 et 2016 en Australie), pourra contribuer notamment à **déstigmatiser les troubles psychiques en faisant évoluer les représentations sociales sur les pathologies, mais aussi à améliorer la situation des personnes touchées par ces troubles.**

Le dispositif a l'avantage de proposer à un niveau national des contenus de formation et supports pédagogiques homogènes, validés et connus par tous (pouvoirs publics, représentants des usagers, professionnels...). Ces supports sont actualisés régulièrement au gré des avancées en matière de recherche, de politique de santé, de demande sociale. Le projet permet également de s'inscrire dans un programme international structuré, ayant fait l'objet de nombreuses études de mesure d'impact et de bénéficier de l'expérience acquise par les pays précurseurs. **L'idée de cette formation vient d'être retenue comme une des 25 mesures prioritaires de la prévention annoncées par le Premier Ministre et la Ministre de Santé, Agnès Buzyn.**

OBJECTIFS DE LA FORMATION

En articulation avec les PTSM en PACA (et les CLSM), il s'agit d'améliorer la détection et l'intervention précoce face aux troubles mentaux, et de renforcer les compétences psycho-sociales des apprenants en leur permettant de :

- ▶ Posséder 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.
- ▶ Tester et approprier un plan d'action utile pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale

CONTENUS 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.

- ▶ Des troubles de santé mentale émergents : dépression, problèmes d'anxiété, psychose, problèmes liés à la dépendance
- ▶ Des crises en santé mentale : pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, événements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques, conduites agressives.

Le manuel PSSM France remis à chaque secouriste en santé mentale à l'issue des formations, a été lu et validé par des experts choisis par les services du ministère de la Santé.

INTERVENANTS

Eric VERDIER, psychologue communautaire, responsable du Pôle Discriminations Violence et Santé de la SEDAP (Société d'Entraide et D'Action Psychologique), et formateur accrédité par PSSM France.

METHODES PEDAGOGIQUES

- ▶ Apports théoriques liés à des situations vécues, et débats à partir de supports vidéo.
- ▶ Échanges sur les expériences et interactivité (dont des mises en situation et des outils pédagogiques interactifs).

Une démarche pédagogique participative pour :

- ▶ Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème (voire 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.

PUBLIC DESTINATAIRE ET PREREQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire, sinon un intérêt pour ces questions. Les participants (16 maximum par groupe) seront issus des usagers, des familles d'usagers, des professionnels (médicaux et travailleurs sociaux), et décideurs.

DUREE

2 jours.

¹ Cette formation a été coélaborée par l'organisme de formation Infipp, l'Unafam et Santé mentale France, en lien avec la structure internationale MHFA, et regroupé dans l'association PSSM France.