



Prévention et performance
un duo gagnant

Premiers secours en santé mentale

➤ Module Jeunes



Les Premiers Secours en Santé Mentale, module Jeunes, constituent l'aide qui est apportée à un jeune en souffrance psychique. Cette formation validée scientifiquement est destinée à tout adulte qui travaille ou vit avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs (professionnels, parents...). Son objectif est de permettre aux participants de pouvoir repérer, accompagner de manière adaptée et orienter les jeunes présentant des signes d'une souffrance psychique, d'une dégradation de leur santé mentale ou en état de crise.

Objectif de la formation

Apporter un soutien initial aux adolescents et jeunes majeurs confrontés à l'apparition, à l'aggravation ou à une crise de troubles de santé mentale.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier les signes et symptômes des principaux troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- S'approprier un plan d'action opérationnel pour apporter un soutien immédiat
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, tenir un discours rassurant et donner de l'information adaptée
- Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre

Public concerné



Toute personne en contact avec des jeunes, à titre professionnel ou personnel

Prérequis



Être majeur

Modalités



En présentiel

Durée



2 jours de 7h (soit 14h)

Tarifs



Session de 10 à 16 pers. max
Inter : 250 € net par pers.
Intra : devis sur demande

➤ En 2026 :

- Taux de satisfaction : 91%
- Taux de réussite : 100%

Programme

Jour 1

- Quiz d'introduction : "Votre avis sur les problèmes de santé mentale"
- La santé mentale et les troubles psychiques
- Les premiers secours en santé mentale : pourquoi ? Quel plan d'action ?
- La dépression
- Le plan d'action PSSM pour la dépression
- Les troubles anxieux

Jour 2

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux
- Les troubles alimentaires
- Le plan d'action PSSM pour les troubles alimentaires
- Les troubles psychotiques
- Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
- Les troubles liés à l'utilisation de substances
- Le plan d'action PSSM pour les troubles liés à l'utilisation de substances
- Quiz d'évaluation finale : "Votre avis sur les problèmes de santé mentale"

Méthode et moyens pédagogiques

- Travail sur les représentations
- Méthodes interactives
- Apports théoriques, méthodologiques et pratiques
- Analyse de situations à partir de vidéos, de jeux de rôles et d'échanges
- Échange de pratiques en sous-groupe

Des ressources documentaires sont mises à la disposition des bénéficiaires pendant la formation. Le manuel de formation PSSM, remis au début, est le support essentiel de la formation. Il est la propriété du participant qui pourra s'y référer à l'issue de la formation.

Intervenant

Formateur accrédité sans réserve par PSSM France.



Évaluation

- L'évaluation des acquis s'effectue tout au long de la formation, à partir d'exercices pratiques, de temps d'échanges dans le groupe et d'un quiz en début et fin de formation.
- L'évaluation de la satisfaction générale des participants s'effectue en fin de formation, via un questionnaire de satisfaction.

Chaque stagiaire ayant suivi la totalité de la session reçoit une certification de réalisation et une attestation de secourisme en santé mentale, délivrée par PSSM France.

Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Afin de pouvoir leur assurer une orientation efficace et un accueil dans les meilleures conditions, les personnes en situation de handicap peuvent contacter avant la formation, le référent Handicap, Claire Baudin, à l'adresse : formation@n.aquitaine.mutualite.fr.

Modalités d'inscription

Les inscriptions se font par téléphone ou email. Elles sont closes 3 semaines avant la date prévue de la session.



- Contact pour les mutuelles : 06 37 84 79 67
- Contact pour les entreprises : 06 37 84 02 56



mutpro@n.aquitaine.mutualite.fr