

PROGRAMME

PSSM Jeunes : Premiers Secours en Santé Mentale Module Jeunes

1. **Durée** : 2 jours
2. **Dates** : 9 et 10 mars 2026
3. **Volume horaire** : 2 fois 7 heures (2 journées de 7 heures) - de 9h-12h30 et de 14h à 17h30
4. **Lieu** : Nancy : Précisions à venir
5. **Tarif pour les 2 jours de formation** :
Orthophonistes ou titre équivalent : 300 € TTC (libéral) / 400 € TTC (salarié)
Autres publics : 300 € TTC
Pas de financement FIF-PL ni DPC pour les professionnels
6. **Public visé** : orthophonistes titulaires du CCO ou titre admis en équivalence
ou tout public à partir de 18 ans (à titre professionnel ou individuel)
7. **Nombre de participants** : 16 maximum
8. **Formatrice** :



Justine BLANCHARD est orthophoniste et formatrice accréditée PSSM France. Orthophoniste salariée, elle travaille en DITEP depuis plus de 15 ans, c'est-à-dire avec un public d'enfants, d'adolescents et de jeunes adultes présentant des troubles psychologiques. En 2022, elle est devenue secouriste en santé mentale puis elle a souhaité approfondir et s'engager davantage pour cette cause en devenant formatrice. Depuis, elle poursuit son activité d'orthophoniste tout en développant sa mission de formatrice en santé mentale.

9. **Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement** : formation en présentiel assurée par une formatrice, Justine BLANCHARD. Une représentante de l'organisme de formation sera également présente. Une pédagogie active avec des mises en situation, des vidéos et des témoignages sera proposée. Un manuel des premiers secours en santé mentale sera remis à chaque stagiaire en début de formation. Support d'un diaporama tout au long des 2 journées non remis en main propre mais possibilité de suivre avec le manuel fourni.
10. **Moyens permettant de suivre l'action et d'en apprécier les résultats** : formation en présentiel avec feuille d'émargement signée à chaque demi-journée, quizz de connaissances avant formation et après formation et questionnaire de satisfaction.
11. **Modalités d'évaluation** : quizz de connaissances avant formation et après formation + questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation
12. **Objectifs de l'action**
 - Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
 - Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
 - Développer ses compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner des informations.
 - Mieux faire face aux comportements agressifs

13. Déroulé pédagogique de l'action en lien avec les orientations nationales

14 heures réparties sur 2 jours.

Objectifs pédagogiques :

- Développer sa confiance dans l'interaction avec des jeunes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Enrichir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux jeunes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale

Compétences visées :

Cette formation vise à apporter aux futurs secouristes les connaissances, les compétences et la confiance nécessaires pour soutenir un jeune en phase initiale de trouble de santé mentale, en phase de détérioration de troubles existants de santé mentale, ou présentant des crises de santé mentale.

Ainsi, à l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- > Mieux repérer les troubles en santé mentale
- > Adopter le bon comportement
- > Informer sur les ressources disponibles
- > Encourager à aller vers les professionnels adéquats
- > En cas de crise, relayer au service le plus adapté

Ce module « Jeunes » permet d'approfondir les connaissances généralistes sur les troubles psychiques les plus courants avec un focus sur le développement de l'adolescent, les troubles du comportement alimentaire, les automutilations non-suicidaires et les troubles addictifs « comportementaux » (dont la cyberdépendance), ainsi que l'acquisition d'un plan d'action simple et concret pour aider en cas de crise et hors crise.

Programme détaillé :

JOUR 1

1. Matinée 1 : 3H30

Introduction aux PSSM, aux troubles psychiques et au développement de l'adolescent (1h30)

- Aperçu du cours et présentation du déroulé de la formation
- Santé mentale et trouble psychique
- Cadre des PSSM
- Santé mentale et trouble psychique chez les jeunes
- Développement à l'adolescence et impact des troubles
- Les compétences psychosociales

Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale (2h)

- Le rôle du secouriste en santé mentale
- Le plan d'action AERER
- Personnes et lieux ressources pour les jeunes
- Dépression 1^{ère} partie : introduction au trouble dépressif
- Le trouble bipolaire
- Interventions efficaces dans la dépression

2. Après-midi 1 : 3H30

Dépression 2^{ème} partie (2h30)

- Le plan d'action PSSM pour la dépression
- Premiers secours en cas de crise : pensées et comportements suicidaires
- Premiers secours en cas de crise : automutilations non suicidaires

Anxiété 1^{ère} partie (1h)

- Les différents types de troubles anxieux
- Interventions efficaces dans les troubles anxieux

JOUR 2

3. Matinée 2 : 3H30

Anxiété 2^{ème} partie (1h30)

- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux
- Premiers secours en cas de crise : état de stress post-traumatique
- Premiers secours en cas de crise : l'attaque de panique

Les troubles des conduites alimentaires (2h)

- Information générale sur les TCA et leurs signes
- Focus sur l'anorexie mentale, la boulimie et l'hyperphagie boulimique
- Interventions efficaces dans les TCA
- Le plan d'action pour les TCA

4. Après-midi 2 : 3H30

Les troubles psychotiques (2h)

- Information générale sur les troubles psychotiques et leurs signes
- Traitements efficaces et intervention précoce
- Le plan d'action pour les troubles psychotiques

Les substances (1h30)

- Information générale sur les signes d'abus de substances
- Comportements liés à l'abus de substances (addictions comportementales)
- Le plan d'action AERER
- Les situations de crise : intoxication, conduites agressives, urgence médicale et pensées suicidaires

Clôture de la formation

14. Méthodes pédagogiques utilisées :

Une pédagogie active avec des mises en situation, des ateliers de co-construction en petits groupes, des vidéos et des témoignages. Un manuel des premiers secours en santé mentale sera remis à chaque secouriste formé. La formatrice s'appuie sur un power point clair tout au long de la formation ainsi que des outils visuels et transmet des ressources.

15. Méthode d'évaluation de la formation

L'évaluation se fera en plusieurs étapes afin d'analyser les 4 niveaux d'impact de la formation (modèle de Kirkpatrick).

- **Avant la formation** : Un quizz de connaissances préformation sera proposé aux stagiaires pour évaluer leurs connaissances en amont de la formation.
- **En cours de formation** : Des mises en pratique régulières permettront de soutenir les apprentissages des stagiaires pendant la formation
- **En fin de formation** un quizz de connaissances post-formation sera proposé aux stagiaires pour ré-évaluer leurs connaissances. Des codes d'accès seront transmis à chaque futur secouriste pour la création de leur session nominative sur la plate-forme PSSM <https://www.pssmfrance.fr/>. En quelques clics, ils pourront créer leur session et seront invités à remplir un questionnaire de satisfaction. Ils recevront ensuite un certificat de réalisation de la formation ainsi que leur attestation de secouriste en santé mentale. Ils auront également accès à des ressources et aux newsletter PSSM.

16. Moyens d'encadrement : Une animatrice (Lise POTTIER et/ou Sophie GUIRLINGER), membre de S&Lform, sera présente pendant les 2 jours de la formation en présentiel.

17. Moyens permettant de suivre l'exécution de la formation : Une liste d'émargement sera signée au début de chaque demi-journée.

18. Handicap

Accompagnement du handicap : nos locaux de formation sont aux normes pour accueillir tout public. Si vous êtes en situation de handicap, pour toute adaptation nécessaire lors de votre formation, pensez à contacter Lise POTTIER, référente handicap, dès votre inscription (slform54@gmail.com ou 06 80 65 46 18).

19. Modalités d'inscription et délai

- Pré-inscription par mail à slform54@gmail.com
- Inscription définitive à réception de la convention signée et du règlement
- Réponse sous 15 jours.

20. Contact

- Mail : slform54@gmail.com
- Référente administrative : Sophie GUIRLINGER (06 16 53 14 43)
- Référente pédagogique : Lise POTTIER (06 80 65 46 18)
- Référente handicap : Lise POTTIER (06 80 65 46 18)

21. Bibliographie (une bibliographie plus détaillée est à consulter à la fin du manuel qui sera remis aux stagiaires en début de formation).



1. Organisation mondiale de la santé, *La santé mentale : renforcer notre action*. In: [en ligne] [consulté le 18 octobre 2021]. Disponible à l'adresse : who.int/tr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response
2. Haut Conseil de la Santé Publique : *Avis sur l'impact du Covid-19 sur la santé mentale*, p.6 : avis du 6 juillet 2021. In : [en ligne] [consulté le 18 octobre 2021]. Disponible à l'adresse : www.hcsp.fr/explore.cgi/avisrapportsdomaine?clefr=1097.
3. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 5^e ed. Arlington, 2013, VA : American Psychiatric Association.
4. OMS, Santé mentale des adolescents, In : [en ligne] [consulté le 18 octobre 2021]. Disponible à l'adresse : who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health.
5. European Network of Ombudspersons for Children - ENOC, *Rapport de synthèse : La santé mentale des enfants et des adolescents en Europe*, 2018, In: [en ligne] [consulté le 18 octobre 2021]. Disponible à l'adresse : defenseurdesdroits.fr/tr/rapports/2018/09/rapport-denoc-sur-la-sante-mentale-des-enfants-et-des-adolescents-en-europe.
6. INSERM, Conduites addictives chez les adolescents : Usages, prévention et accompagnement - Principaux constats et recommandations, Pôle Expertise Collective - ITMO Santé publique - Aviesan, février 2014, p. 15. In : [en ligne] [consulté le 18 octobre 2021]. Disponible à l'adresse : publi.inserm.fr/bitstream/handle/10608/5966/expcol_2014_conduites-addictives.pdf?sequence=284.
7. OFDT, Rapport « Jeunes et addictions », décembre 2016, ch.1, p.24. In : [en ligne] [consulté le 18 octobre 2021]. Disponible à l'adresse : ofdt.fr/publications/collections/rapports/ouvrages-collectifs/jeunes-et-addictions/.
8. Krebs MO, *Les symptômes non spécifiques de la transition psychotique*, L'encéphale 2011. (37) 10-44.
9. Barreyre, J.Y., Fiacre, P., Makdessi, Y., *Une souffrance maltraitée : Parcours et situations de vie des jeunes dits « incasables »*, 2008, CEDIAS, ONED. In : [en ligne] [consulté le 18 octobre 2021], disponible à l'adresse : onpe.gouv.fr/system/files/ao/synthse08_barreyre06.pdf.
10. Jorm, A.F., Wright, A., Morgan, A.J. *Where to seek help for a mental disorder? National survey of the beliefs of Australian youth and their parents*. Medical Journal of Australia 2007; 187: 556-60.