PSSM - Les premiers secours en santé mentale : Apprendre à aider

Mise à jour le 19/11/2026

Conforme au référentiel de PSSM France

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou 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.

Objectifs

A l'issue de la formation, l'apprenant(e) sera en capacité de :

- 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
- Mieux faire face aux comportements agressifs

Public

Tout public à partir de 18 ans

Programme

Appréhender la santé mentale et les interventions de 1er secours

- Introduction à la santé mentale et aux interventions
    - Troubles psychiques : définition et état des lieux
    - Facteurs de risque, statistiques et conséquences
    - Interventions en santé mentale
- Premiers Secours en Santé Mentale
    - Cadre des premiers secours en santé mentale
    - Le plan d'action PSSM

Identifier le plan d'action pour la dépression

- La dépression : signes et symptômes + interventions
- Le plan d'action PSSM pour la dépression et la crise suicidaire
    - Premiers Secours dans le cas d'idées et de comportements suicidaires
    - Premiers Secours pour la dépression (hors crise)

Identifier le plan d'action pour les troubles anxieux

- Les troubles anxieux : signes et symptômes + interventions
- Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et choc post traumatique
    - Premiers Secours pour les troubles anxieux (hors crise)
    - Premiers Secours dans la crise d'attaque de paniques
    - Premiers Secours dans la crise après un événement traumatique

Identifier le plan d'action pour les troubles psychotiques

- Les troubles psychotiques : signes et symptômes + interventions
- Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
    - Premiers Secours dans la crise psychotique sévère
    - Premiers Secours pour les troubles psychotiques (hors crise)

Identifier le plan d'action pour les troubles liés à l'utilisation de substances

- Le trouble lié à l'utilisation de substances : signes et symptômes + interventions
- Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances
    - Premiers Secours pour les troubles liés à l'utilisation de substances
    - Premiers Secours en cas d'intoxication à la substance
    - Premiers Secours dans les conduites agressives
    - Urgences médicales.

DURÉE & DATES

2 jours soit **14 heures**

- 27-28 janvier 2027
- 24-25 juin 2027
- 29-30 novembre 2027

Pour être informé d'éventuelles dates supplémentaires
ou organiser une formation sur votre site : Écrivez à formationcontinue27@normandie.cci.fr

COÛT INTERENTREPRISES

310 € net de taxe / pers. dont 30 € pour le manuel des Premiers Secours en Santé Mentale obligatoire

EFFECTIFS INTERENTREPRISES

- Min. : 8 participants
- Max. : 16 participants

PRÉREQUIS

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou 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.

SUIVI ET ÉVALUATION

Émargement en ligne.

Évaluation de fin de formation

Questionnaire de satisfaction.

Attestation de formation.

ENCADREMENT

Formatrice accrédité par PSSM France

LIEU

En fonction de la formule choisie :

Site CCI Portes de Normandie – 215 route de Paris – Evreux

Site de l'entreprise (+ frais de déplacement de l'animateur)

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Retrouvez notre charte d'accueil des personnes en situation de handicap en cliquant ici

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Retrouvez toutes les modalités d'inscription à nos formations en cliquant ici

DÉROULEMENT DE LA FORMATION

Vous souhaitez savoir comment se déroule une formation à la CCI Portes de Normandie ?

Cliquez ici pour en connaître le déroulement.

BESOINS D'INFOS

DANS LE MÊME DOMAINE

Apprendre à aider : les premiers secours en santé mentale (PSSM)

Comprendre et déployer l'ISO 9001 v2015

Devenir Sauveteur Secouriste du travail : SST formation initiale

Devenir Sauveteur Secouriste du travail : SST maintien et actualisation des connaissances

Éliminer les gaspillages dans mon service ou ma production

Gagner en rentabilité avec le Lean-Agilité

Gestes et postures au travail et prévention des TMS

Harcèlement, sexisme et violences au travail : identifier et agir

Progresser plus vite à petits pas avec le Kaizen

Réaliser un audit interne

Sensibilisation à la lutte contre l'arrêt cardiaque et aux premiers secours

ACCUEIL