

# FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE

## STANDARD



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.

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...). Le suivi et l'enregistrement des secouristes aux Premiers Secours en Santé Mentale est assuré par l'association Premiers Secours en Santé Mentale France ([www.pssmfrance.fr](http://www.pssmfrance.fr))

### Objectifs de la formation

En articulation avec les Projets Territoriaux de Santé Mentale, 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 :

- **Maitriser un plan d'action qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale**

Il se décline en 4 sous-objectifs :

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale ainsi que leur repérage.
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adopter un comportement adapté pour apporter une aide.
- Informer, renseigner sur les ressources disponibles, encourager à aller vers les professionnels adéquats et en cas de crise relayer au service le plus adapté.
- Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre

### Contenu de la formation

D'une durée de 14h, 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, anxiété, psychose, problèmes liés à la consommation de substance
- ✓ **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 est remis à chaque secouriste en santé mentale en début de la formation.

**Durée : 14h sur 2 jours ou en 4 demi-journées dans un délais maximum d'un mois.**

**Délais d'accès : pour s'inscrire, hors situation exceptionnelle, il est de 12 jours.**

Pascal DELMAS \_ Accord sur Mesure – 9 chemin des Maynardes – 31670 Labège

Tél : 06 76 30 31 23

Courriel : [contact@accordsurmesure.fr](mailto:contact@accordsurmesure.fr)

Doc.  
version  
27/04/26

### Méthodes pédagogiques

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.

Apports théoriques contenue dans le manuel PSSM fournis à tout participant. Débat sur des exemples de situation ou à partir de support vidéo. Mises en situation pour expérimenter le protocole AERER et créer de l'interactivité sur les différentes possibilités d'interventions.

### Evaluation de la formation

Evaluation des connaissances et de la posture de l'apprenant face à une personne présentant un trouble psychique :

- Auto-positionnement en amont et en fin de formation
- Quiz de connaissance en entrée de formation et en fin de formation
- Evaluations intermédiaires : Quiz de connaissance sur les 3 chapitres principaux
- Evaluation administrative de la formation

Délivrable à l'issue de la formation :

- ✓ Certificat de réalisation NF
- ✓ Attestation de participation
- ✓ Sur le Site de PSSM France l'apprenant aura également accès à une évaluation globale de la formation et pourra télécharger son attestation de secouriste PSSM.

### Coût pédagogique

Pour un **contrat individuel de formation continue**, le prix de l'action de formation est fixé à 289,00€ H.T. / participants individuels : 250,00€ H.T. au titre des frais pédagogique et 39,00€ H.T. pour le manuel PSSM.

**TOTAL GENERAL : 289,00 € T.T.C / participants.** Réservé aux aidants, bénévoles associatifs, sans emploi, étudiant.

Pour une **convention de formation professionnelle**, le prix de l'action de formation est fixé à 349,00€ HT/ participants individuels : 310,00€ H.T. au titre des frais pédagogique et 39,00€ H.T. pour le manuel PSSM. **TOTAL GENERAL : 349,00 € T.T.C / participants (financement OPCO possible)**

• TVA non applicable, article 202B du Code Général des Impôts exonération au titre de la formation professionnelle continue).

**Intra-entreprise sur devis** – de 1800€ à 3500€ selon les options retenues (**financement OPCO possible**)

### Public et prérequis

Avoir 18 ans et un intérêt pour ces questions.  
8 participants minimum et 16 maximum/session  
Prérequis : aucun

Contact et intervenant: Pascal DELMAS

- Assistant technique et pédagogique
- référent accessibilité (handicap)



**Formateur  
accrédité**  
Premiers Secours  
en Santé Mentale

Pascal DELMAS \_ Accord sur Mesure – 9 chemin des Maynardes – 31670 Labège

Tél : 06 76 30 31 23

Courriel : [contact@accordsurmesure.fr](mailto:contact@accordsurmesure.fr)

N° SIREN : 848 116 208 – TVA exonéré, art.202B annexe II - CGI - Micro-entreprise

Doc.  
version  
27/04/26