QVCT · RPS

★ 4,50/5 SATISFACTION 2025

Ressources & Changement
JMC ÉCOLE

Premiers Secours en Santé Mentale

Vous souhaitez que vos équipes sachent repérer et accompagner un collègue en difficulté psychique ? En deux jours, devenez secouristes en santé mentale avec un formateur accrédité PSSM France.

L'ESSENTIEL

DURÉE
14 heures — 2 journées ou 4 demi-journées

MODALITÉS
Présentiel

PUBLIC
tout public à partir de 18 ans (salariés, managers, membres du CSE, référents RPS, RH, QVCT)

PRÉ-REQUIS
Aucun pré-requis (expression en langue française)

TARIF
Inter : 300 € HT / participant
Intra sur-mesure : nous consulter

DÉLAI D'ACCÈS
Sous 1 semaine après validation de la demande

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- 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, donner de l'information adaptée
- Adopter une posture sécurisante pour soi et pour l'autre

PROGRAMME

Demi-journée 1 — 01

- Introduction à la santé mentale et aux PSSM : santé mentale en France (facteurs de risque, statistiques, conséquences), interventions efficaces
- cadre des PSSM et plan d'action AERER
- présentation de la dépression (signes, symptômes, interventions)

Demi-journée 2 — 02

- Dépression et troubles anxieux : plan d'action pour la dépression, crise suicidaire (présentation, assister)
- présentation des troubles anxieux

Demi-journée 3 — 03

- Troubles anxieux et troubles psychotiques : action 1 troubles anxieux hors crise
- crise d'attaque de panique
- crise après un événement traumatique
- présentation des troubles psychotiques

Demi-journée 4 04

- Troubles psychotiques et utilisation de substances : action 1 troubles psychotiques, crise psychotique sévère
- troubles liés à l'utilisation de substances, action 1, crise liée aux substances, crise d'agressivité, urgence médicale

Clôture 05

retour sur les attentes, post-test, questionnaire de satisfaction, aspects administratifs

Démarche pédagogique

démarche participative alternant apports de concepts, échanges en groupe, vidéos et mises en situation, pour prendre confiance dans l'interaction avec des personnes en difficulté, revoir ses représentations et renforcer l'aide apportée. Supports PSSM France ; manuel PSSM conservé par le participant.

Évaluation & validation

test de connaissances en début de formation et post-test en fin, mises en situation observées ; questionnaire de satisfaction ; bilan pédagogique du formateur. Attestation de fin de formation JMC École et attestation de secouriste délivrée par PSSM France. Non éligible au CPF.

Intervenant

Formateur accrédité PSSM France. Débriefing avec le responsable pédagogique de JMC École après chaque session.

Sanction de la formation

Attestation de fin de formation remise à chaque participant. Attestation de secouriste délivrée par PSSM France.

♿ Nos formations sont accessibles aux **personnes en situation de handicap**. Pour définir les modalités d'adaptation nécessaires, contactez en amont le référent handicap **Aurélien Desbats** — contact@ressources-et-changement.com — 05 56 12 78 78.