

Formations continues professionnalisantes

PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE



Objectif de la formation - Secteur d'activité

La formation dispense les connaissances sur la santé mentale, en particulier des jeunes, et un plan d'action pour pouvoir aider des personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

- ▶ 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 et rassurer.
- ▶ Mieux faire face aux comportements agressifs



Contenus de la formation et évaluations

MODULE 1

- ▶ Introduction à la santé mentale et aux Interventions
- ▶ Premiers Secours en Santé Mentale
- ▶ Dépression

MODULE 2

- ▶ Le plan d'action PSSM pour la dépression
- ▶ Troubles anxieux

MODULE 3

- ▶ Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et choc post traumatisante
- ▶ Troubles psychotiques

MODULE 4

- ▶ Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques
- ▶ Trouble lié à l'utilisation de substances
- ▶ Le plan d'action PSSM pour le trouble lié à l'utilisation de substances

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

Contenu standardisé par MHFA avec supports variés : Diaporamas, vidéos, manuel, fiches, plateforme en ligne. Démarche pédagogique participative avec alternance d'activités et de temps d'échange et de discussion, jeux de rôle. Mises en situation et témoignages. 100 % Présentiel

EVALUATION DE LA FORMATION

- ▶ Auto-positionnement
- ▶ Bilan oral en début et en fin de chaque demi-journée
- ▶ Evaluation en ligne de la formation sur le site PSSM
- ▶ Délivrance d'un certificat de réalisation spécifiant les compétences acquises



Public Modalités d'inscription

- ▶ Tout public à partir de 18 ans
- ▶ Prérequis : aucun



Dates & Durée

- ▶ Date : A la demande
- ▶ Durée : 14 heures
- ▶ 2 jours ou 4 demi-journées
- ▶ Lieu : Inter ou Intra



Financement de votre formation

- ▶ Plan de développement des compétences
- ▶ Financement individuel
- ▶ OPCO



Accessibilité Handicap

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap
Des questions ? Contact : 04 93 20 66 40
ou par mail à referent.handicap@reflets.asso.fr
[Plus d'infos](#)



Indicateurs de résultats 2025

- ▶ Taux de réussite : **A venir**
- ▶ Taux de satisfaction : **A venir**



Premiers Secours en Santé Mentale France
APPRENDRE À AIDER



MAJ 12/12/2025 - V1



3 chemin des Travails
Le Colombier
06800 CAGNES-SUR-MER



04 93 20 66 40
04 92 02 76 24



www.reflets.asso.fr
contact@reflets.asso.fr