

Formation - Formation PSSM (Premiers Secours en Santé Mentale) - module STANDARD

La formation apprend comment aider quelqu'un qui est en souffrance psychologique et l'orienter vers les professionnels de santé.

Secourisme

Accueil savoir-être

CODE : 42058 | Mise à jour : 29/01/2026

Objectifs

- apprendre 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.
- Connaître et reconnaître les différents troubles : leurs signes, les symptômes et les crises
- Identifier et mobiliser les compétences relationnelles essentielles pour réagir face à un trouble et une crise
- Réagir en sécurité face aux comportements agressifs.
- Maitriser le plan d'action « PSSM » AERER qui peut être utilisé pour apporter un soutien immédiat sur des problèmes de santé mentale
- Connaître les ressources utiles pour Informer, renseigner sur les troubles pour orienter à vers des professionnels adéquats

Contenu de la formation

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. **Ils sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premiers secours qui eux, apportent une aide physique à une personne en difficulté.** Les secouristes obtiennent des connaissances générales sur le champ de la santé mentale, notamment à propos des quatre troubles psychiques les plus fréquents (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques et liés à l'utilisation de substances), et apprennent à appliquer une méthode pour intervenir face à une personne en crise ou en difficulté.

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la

FORMATION PRÉSENTIELLE

PUBLIC CIBLE

Tout public à partir de 18 ans (à partir de 8 personnes jusqu'à 16 personnes maximum)

PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis // Point de vigilance : Si l'un.e des stagiaires a été touché.e, de manière directe ou indirecte par de la souffrance liée à des troubles psychiques au cours des 3 derniers mois précédents la formation, il est préférable que la/le stagiaire attende d'être rétabli.e avant de faire la formation.

DURÉE

2 jours (14 heures)

SESSION INTER

forfait à 286€ (250€ /par pers. les 2 jours de formation + cout du manuel de formation PSSM (30€) + frais de dossier (6€).

*** NANTES (44) : session du mercredi 11 & jeudi 12 février 2026

*** NANTES (44) : session du mercredi 27 & jeudi 28 mai 2026 ***

SESSION INTRA

Nous consulter

détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

Ci-après le **PROGRAMME** de la formation :

GROUPE

Minimum 8 personnes
Maximum 16 personnes

MODULE 1

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

Dépression

- Signes et symptômes
- Interventions

MODULE 2

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)

Troubles anxieux

- Signes et symptômes
- Interventions

MODULE 3

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 panique
- Premiers Secours dans la crise après un évènement traumatique

Troubles psychotiques

- Signes et symptômes
- Interventions

MODULE 4

Le plan d'action PSSM pour les troubles psychotiques

- Premiers Secours pour la crise psychotique sévère
- Premiers Secours pour les troubles psychotiques (hors crise)

Trouble lié à l'utilisation de substances

- Signes, 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

Conclusion

Modalités pédagogiques

- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz
- manuel de formation de 150 pages remis à chaque stagiaire

Suivi, évaluation et sanction

Suivi et évaluation des résultats

- Feuille d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Auto-positionnement
- Mises en situations
- Questions écrites ou orales (QCM, Quiz, ...)
- évaluation à chaud

Sanction de formation

- Remise d'une attestation de formation
- Attestation de secouriste

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Veillez faire connaître vos besoins au plus tôt lors de nos échanges. La prise en compte d'un besoin spécifique peut nécessiter un délai pour étudier les modalités d'adaptation ou d'orientation.

Taux de satisfaction des stagiaires

Issus des évaluations de satisfaction à chaud des stagiaires.

 98% (380 avis)

Taux de validation de la formation

Issus des résultats de l'atteinte des objectifs par les stagiaires (Acquis et En cours d'acquisition).

 100%



Karine MORAND

Formatrice PSSM (Premiers Secours en Santé Mentale)
accréditée module Standard et module Jeunes par PSSM
France

K.MORAND

2 jours pour apprendre à aider quelqu'un qui ne va pas bien.
FORMATION citoyenne- TOUT PUBLIC. Nous pouvons tous agir, à
notre niveau.



07.64.00.41.39

karine.morand85@gmail.com

Adresse postale : Karine MORAND _ L'Ouvre Boites 20 allée de la Maison Rouge 44 000 Nantes

Facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=100088784825344>

LinkedIn :

https://www.linkedin.com/in/karine-morand-coach-pays-de-la-loire?lipi=urn%3Ali%3Apage%3Ad_flagship3_profile_view_base_contact_details%3BZBiQDI6lQFSXWlOjld%2Bn0A%3D%3D

Instagram : https://www.instagram.com/karine_morand_85/

Biographie

La richesse de mon parcours m'a permis de développer des compétences d'accompagnement et d'aide auprès de différents publics dont certains en souffrance psychologique (stress, burn-out, troubles anxieux, dépression, addictions, idées suicidaires ...).

« Aider quelqu'un qui ne va pas bien , cela s'apprend. »

La formation PSSM (2 jours) est un outil d'information, de prévention et d'aide à la portée de tout.e citoyen.ne.

« Apprendre à aider pour lutter contre les discriminations et oeuvrer à une meilleure inclusion de la différence », est un message que je défends et que je suis heureuse de transmettre au plus grand nombre.

J'accompagne également les personnes en questionnement et souvent fragilisées. Je les aide à mieux se connaître pour développer une agilité émotionnelle face aux événements du quotidien pour retrouver un équilibre de vie grâce au coaching et à l'E.F.T. J'anime des ateliers sur la gestion du stress, des émotions; de sensibilisation à l'épuisement professionnel.

Diplômes et formations

- **Formatrice accréditée PSSM** (1ers SECOURS EN SANTE MENTALE), module **JEUNES**, Association PSSM France, déc. 2023
- **Secouriste PSSM** (1ers SECOURS EN SANTE MENTALE), module **JEUNES**, Association PSSM France, oct. 2023
- **Formatrice accréditée PSSM** (1ers SECOURS EN SANTE MENTALE), module **STANDARD** Association PSSM France, sept. 2022
- **Secouriste PSSM** (1ers SECOURS EN SANTE MENTALE), module **STANDARD**, Association PSSM France, mai 2022
- **Formation EFT**, niveau 1 et 2, Obtenu avec Noëlle CASSAN, oct. 2021
- **Coach Professionnelle certifiée, titre RNCP 6**, LINKUP COACHING (janv. 2021 – sept. 2021) Niveau : Certification de Coach Consultante titre RNCP 6, oct 2021
- **Licence et Maîtrise, Management culturel**, Université de Bourgogne, sept. 1993 – sept. 1995, Titre d'ingénieur maître en Management Culturel, 1995
- **Licence, Sciences Economiques – Sciences Economiques – Economie de l'entreprise**, Université d'Angers sept. 1992 – sept. 1993.

- **D.E.U.G, Sciences Economiques – Economie de l'entreprise**, Université d'Angers, oct. 1990 – juin 1992
- **Baccalauréat scientifique, Sciences biologiques et sciences physiques**, OGEC Lycée Jean XXIII, 1989 – juil. 1989
- **BAFA**, La Roche sur YON, 1991



L'OUVRE-BOITES

Coopérative d'Activité et d'Emploi - Pôle formation
20, allée de la Maison Rouge 44000 Nantes



www.corymbe.coop

Téléphone : 02 28 21 65 10
Courriel : contact@corymbe.coop

Nos CGV : www.corymbe.coop/cgv/

Enregistré auprès du préfet de la Région Pays-de-la-Loire
N° de déclaration d'activité : 52 44 04429 44
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État