

FICHE PROGRAMME DE FORMATION

PSSM

Premiers Secours en Santé Mentale – Module Standard

| | | | |
|--------------------|--|--------------------|----------------------|
| Référence | PRG-PSSM-V2026 | Version | V2026 – Janvier 2026 |
| Responsable | Cédric Petit – Gérant / Responsable qualité | Mise à jour | Janvier 2026 |

Cadre de la formation

Formation certifiante conforme au programme international Mental Health First Aid® (MHFA®), adapté au contexte français par l'association PSSM France (seule détentrice de la licence en France).

Code RS 7212 – Certificateur : PSSM France. Le certificat de secouriste en santé mentale est délivré par PSSM France à l'issue de la formation.

La formatrice ProF est accréditée module Standard PSSM France. Docteure en sciences de l'éducation et de la formation, psychanalyste, elle intervient régulièrement sur des problématiques liées à la santé mentale.

Objectifs pédagogiques

- Acquérir des savoirs de base sur les troubles de santé mentale et leur prévalence.
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale (urgences et situations émergentes).
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, donner une information adaptée.
- Appliquer le plan d'action PSSM (AERER) pour prodiguer un soutien initial à une personne en détresse psychique.
- Mieux faire face aux comportements agressifs.
- Orienter vers les ressources et professionnels adaptés.

Public visé et prérequis

| | |
|--------------------|--|
| Public visé | Tout public âgé de plus de 18 ans, souhaitant acquérir les clés pour aider une personne en souffrance psychique dans son entourage (famille, amis, collègues, voisins...) ou dans le cadre professionnel. |
| Prérequis | Aucun prérequis de diplôme ni de connaissance en santé mentale. Formation ouverte à toute personne, y compris celles ayant une expérience personnelle des troubles psychiques (en phase stable de rétablissement). |
| Effectif | 8 à 16 participants par groupe (conformément aux exigences PSSM France). |

Durée, organisation et modalités

| | |
|-----------------------------|--|
| Durée totale | 14 heures sur 2 journées. |
| Horaires indicatifs | 9h00 – 12h30 et 13h30 – 17h00 (adaptables selon contexte). |
| Modalité | Formation en présentiel exclusivement, en intra ou en inter. |
| Lieu | Dans les locaux du client (intra) ou dans une salle réservée par ProF (inter). |
| Suivi post-formation | Retour d'expérience mensuel en visio organisé par la formatrice pour consolider les acquis et partager les situations rencontrées. |
| Certification | Certificat officiel de secouriste en santé mentale délivré par PSSM France. |

Programme détaillé

Le programme est structuré en 5 thèmes conformément au référentiel PSSM France. La pédagogie alterne apports théoriques, vidéos, études de cas, remue-méninges, échanges de pratiques, jeux de rôle et quiz. Un manuel officiel PSSM France est remis à chaque participant.

Thème 1 – Introduction à la santé mentale et au programme PSSM

- Définitions et représentations de la santé mentale.
- Prévalence des troubles psychiques en France et dans le monde.
- Présentation du plan d'action PSSM : AERER (Approcher, Écouter, Rassurer, Encourager, Relayer).
- Rôle et limites du secouriste en santé mentale ; ressources et professionnels à mobiliser.

Thème 2 – Troubles dépressifs et crise suicidaire

- Connaître les signes et symptômes des troubles dépressifs.
- Reconnaître une crise suicidaire : facteurs de risque, signaux d'alerte, passage à l'acte.
- Appliquer le plan AERER face à une personne en détresse ou à risque suicidaire.
- Orienter vers les ressources adaptées (professionnels de santé, lignes d'écoute, urgences).

Thème 3 – Troubles anxieux, attaques de panique et état de stress post-traumatique

- Identifier les différentes formes de troubles anxieux.
- Reconnaître et accompagner une personne lors d'une attaque de panique.
- Connaître les caractéristiques de l'état de stress post-traumatique (ESPT) et la conduite à tenir.
- Appliquer le plan AERER dans ces situations.

Thème 4 – Troubles psychotiques et crise sévère

- Connaître les signes et symptômes des troubles psychotiques.
- Comprendre la différence entre troubles psychotiques émergents et état de crise sévère.
- Adopter les attitudes et les mots adaptés face à une personne en crise psychotique.
- Mieux faire face aux comportements agressifs : désamorçage, sécurité personnelle.

Thème 5 – Problèmes liés à l'utilisation de substances et crises associées

- Identifier les signes d'usage problématique d'alcool et de substances.
- Comprendre les risques de dépendance et les crises associées (intoxication, sevrage).
- Appliquer le plan AERER et orienter vers les dispositifs de soutien spécialisés.

Chaque thème inclut des exercices d'application du plan AERER en situations simulées. Le manuel officiel PSSM France est remis à chaque participant et constitue une référence après la formation.

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes pédagogiques

Pédagogie interactive fondée sur l’alternance d’apports théoriques, de vidéos, d’études de cas, de remue-méninges individuels ou en équipes, d’échanges de pratiques et de jeux de rôle. La formatrice adapte ses méthodes aux participants pour faciliter l’appropriation des connaissances et la réflexivité dans le groupe. Suivi post-formation : retour d’expérience mensuel en visio pour ancrer durablement les acquis.

Moyens techniques

- Manuel officiel PSSM France remis à chaque participant.
- Diaporama riche : animations, vidéos, schémas explicatifs.
- Supports d’études de cas et de mises en situation.
- Quiz et outils de remue-méninges.
- Salle adaptée au travail en groupe (disposition en U ou ilots).

Encadrement

Formatrice accréditée module Standard PSSM France. Docteure en sciences de l’éducation et de la formation, psychanalyste, elle intervient régulièrement sur des problématiques liées à la santé mentale lors de colloques en France et à l’étranger.

Modalités d’évaluation

| Moment | Modalité |
|----------------------|---|
| Avant la formation | Questionnaire de positionnement en ligne (web app ProF) : recueil du niveau initial, des attentes et des besoins. |
| Pendant la formation | Mises en situation simulées, observation des gestes et comportements, vérification de l’acquisition des connaissances par le formateur. |
| En fin de formation | Questionnaire de connaissances finales et de satisfaction à chaud (web app ProF). Débriefing immédiat par le formateur. |
| Après la formation | Questionnaire à froid J+180 envoyé automatiquement pour mesurer le maintien des connaissances. |

Évaluation formative continue tout au long de la formation : quiz, mises en situation, échanges de pratiques.

La certification est délivrée par PSSM France à l’issue de la formation : certificat officiel de secouriste en santé mentale (code RS 7212).

Modalités d’inscription et délais d’accès

| | |
|----------------|---|
| Inscription | En ligne via le formulaire sur prof-formation.fr/inscription ou par téléphone au 06 77 14 31 14. |
| Délais d’accès | En inter : selon calendrier. En intra : délai habituel de 2 à 4 semaines selon disponibilité. |

Accessibilité et handicap

ProF s'engage à accueillir et accompagner toute personne en situation de handicap dans les meilleures conditions.

- Un questionnaire de recueil des besoins liés au handicap est envoyé en amont via la web app.
- En cas de handicap identifié pouvant impacter les gestes techniques, un entretien préalable est organisé avec le référent handicap.
- Des adaptations pédagogiques sont mises en place : rythme, pauses, évaluation adaptée, accessibilité des locaux.
- Un questionnaire post-formation handicap est adressé à l'apprenant et au formateur.

Référent handicap : Cédric Petit – contact@prof-formation.fr – 06 77 14 31 14

Procédure interne : PRO-QAL-PSH-001. Questionnaire handicap : app.prof-formation.fr/questionnaire-handicap

Réclamation

Toute réclamation peut être adressée via le formulaire en ligne : app.prof-formation.fr/reclamation, ou par courrier à ProF, 26 rue de Bir Hakeim, 94100 Saint-Maur-des-Fossés.

Contact

| | |
|---------------------------|--|
| Organisme | ProF Formation – SASU au capital de 1 000 € |
| SIRET | 838 953 370 00031 |
| Adresse | 26 rue de Bir Hakeim – 94100 Saint-Maur-des-Fossés |
| Dirigeant | Cédric Petit – Gérant |
| Téléphone | 06 77 14 31 14 |
| E-mail | contact@prof-formation.fr |
| Site internet | www.prof-formation.fr |
| Web app apprenants | app.prof-formation.fr |
| Certification | Qualiopi – AFNOR Certification – N° 42111558 |

Document interne qualité ProF – Fiche programme PSSM V2026

Dernière mise à jour : Janvier 2026 – Prochaine révision : Janvier 2027