

# Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)

Mis à jour le 5 février 2026

## Conditions d'entrée et prérequis

Pas de prérequis

## Public visé

Tout public à partir de 18 ans

## Rythme

Temps plein

## Durée en centre

14 heures

## Validation

- Attestation d'secouriste en santé mentale délivrée par PSSM France à l'issue de la formation  
Attestation de fin de formation

## Certification

Non

## Modalités d'évaluation

- Evaluation des acquis en cours de formation – questionnaire de satisfaction

## Nombre de participants

8 à 12 places

## Entrée et sortie permanente

Non

## Objectifs professionnels

- Acquérir des connaissances de base sur les troubles et les différents types de crise en santé mentale et savoir les repérer
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et adopter un comportement adapté pour apporter une aide
- Mieux faire face aux comportements agressifs
- Maîtriser un plan d'action pour apporter un soutien immédiat sur les problématiques de santé mentale

## Contenu

- **Demi-journée 1**  
Introduction et aperçu des sessions  
**1.1 Introduction à la santé mentale et aux interventions :**  
Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)  
Interventions efficaces  
**1.2 Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale :**  
Premiers Secours en Santé Mentale : Cadre des premiers secours en santé mentale | Le plan d'action AERER  
Présentation de la dépression : Signes et symptômes | Interventions
- **Demi-journée 2**  
**2.1 Le plan d'action pour la dépression**  
Rappel de la dépression  
Action 1 pour la dépression  
Crise suicidaire : Présentation | Assister  
**2.2 Les troubles anxieux**  
Présentation des troubles anxieux : Signes et symptômes | Interventions
- **Demi-journée 3**  
**3.1 Le plan d'action pour les troubles anxieux**  
Rappel des troubles anxieux  
Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux , attaques de paniques et chocs post-traumatique  
Action 1 pour les troubles anxieux ( hors crise )  
Crise d'attaque de panique : Présentation | Assister  
Crise après un évènement traumatisant : Présentation | Assister  
**3.2 Les troubles anxieux et troubles psychotiques**  
PSSM pour les troubles anxieux  
Présentation des troubles psychotiques : Signes et symptômes | Interventions
- **Demi-journée 4**  
**4.1 Le plan d'action pour les troubles psychotiques**  
Rappel des troubles psychotiques  
Action 1 pour les troubles psychotiques  
Crise psychotique sévère : Présentation | Assister  
Premiers Secours pour les troubles psychotiques  
**4.2 L'utilisation des substances et le plan d'action**  
Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances : Signes | Symptômes | Interventions  
Action 1 pour l'utilisation de substances  
Crise liée à l'utilisation de substances  
Crise d'agressivité

# Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)

Urgence médicale  
PSSM pour l'utilisation des substances  
Clôture de la formation : Retour sur les attentes | Aspects administratifs ( post-test , questionnaire de satisfaction ...)

## Modalités pédagogiques

- Exposés, exercices pratiques, intelligence collective, études de cas, jeux de rôle.
- Présentation élaborée par PSSM France
- Chaque participant reçoit un manuel édité par PSSM France
- Vidéos
- Etudes scientifiques

## Profil des intervenants

Claudie SELIG, formatrice accréditée PSSM



## Délais et modalités d'accès

- Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Néanmoins, veuillez nous contacter pour une étude personnalisée et définir un projet adapté à vos besoins.

## Référent handicap

Toutes nos formations sont accessibles à la candidature de personnes en situation de handicap. Nos référents handicap sont à votre écoute pour l'analyse de vos besoins spécifiques et l'adaptation de votre formation. handicap@strasbourg.greta.fr

## Réseau

- GRETA STRASBOURG EUROPE (GSE)
- 22 rue du Lixenbuhl  
67402 ILLKIRCH - GRAFFENSTADEN
- contact@strasbourg.greta.fr
- 03 88 40 77 00
- [www.greta-strasbourg-europe.com/](http://www.greta-strasbourg-europe.com/)
- SIRET : 19672198900040
- Numéro d'activité : 4267P000867