

## Formation PSSM Module jeune



### Public cible

Tout adulte qui vit ou travaille au contact d'adolescents (12-18 ans) et souhaite apprendre à les assister, les accompagner et les orienter.

### Objectif général de la formation

L'objectif est la lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques et le développement d'une culture de la prévention des situations de détresse psychique afin d'améliorer la détection et l'intervention précoce face à ces troubles.

### Objectifs pédagogiques

- › Acquérir des connaissances de base concernant les troubles et les crises en santé mentale
- › Savoir repérer l'apparition des premiers signes
- › Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer, adapter son comportement à la situation...
- › Informer, renseigner sur les ressources disponibles, orienter avec bienveillance
- › Faire face aux comportements agressifs
- › Maîtriser un plan d'action pour apporter un soutien

### Méthodes pédagogiques

- › Pédagogie participative, favorisant la prise de parole des personnes en formation
- › Travail de groupe à partir des idées reçues et représentations des participants
- › Apports théoriques actualisés
- › Expérimentation et analyse des pratiques : mises en situations et jeux de rôles par petits groupes à partir de situations de terrain, vidéo de cas d'études, témoignages, ...
- › Documentations post formation permettant un accès aux informations essentielles : carnet du secouriste en santé mentale, ressources locales et nationales en matière de santé mentale, ...

Evaluation en début et fin de formation prenant en compte : le niveau de maîtrise des objectifs en début de formation et les connaissances et capacités acquises à la fin de la formation, ainsi que les perspectives d'évolution des pratiques professionnelles, via un questionnaire d'évaluation des acquis.

*Jour 1 – Durée 7 heures*

Modules	Contenu de la séquence
<b>1ERE DEMI-JOURNEE</b>	
<b>Ouverture</b> Impulser une dynamique de groupe favorable au partage d'expérience et au questionnement	Accueil interactif avec activités de brise-glace Présentation des participant.e.s et recueil des attentes Présentation des objectifs et du programme
<b>Module 1.1</b> <b>Introduction aux troubles psychiques et au développement l'adolescent</b>	Cadre des PSSM Présentation des grandes familles de troubles psychiques Facteurs de risque, statistiques et conséquences Le développement des compétences psychosociales
<b>Module 1.2</b> <b>Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale</b>	Le rôle du secouriste en santé mentale Le plan d'action AERER Personnes et lieux ressources pour les jeunes Introduction au trouble dépressif et bipolaire
<b>2EME DEMI-JOURNEE</b>	
<b>Module 2.1</b> <b>Les Troubles dépressifs</b>	Définition et reconnaissance des troubles dépressifs chez les jeunes Plan d'action PSSM pour la dépression <ul style="list-style-type: none"> <li>› Discussions dirigées et jeux de rôles sur des scénario de crises de dépression</li> </ul>
<b>Module 2.2</b> <b>Les troubles anxieux</b>	Introduction aux types de troubles anxieux Plan d'action pour les troubles anxieux Interventions pratiques en cas de crises d'anxiété <ul style="list-style-type: none"> <li>› Ateliers de simulation de crises, études de cas, échanges de pratiques</li> </ul>

*Jour 2 – Durée 7 heures*

Modules	Contenu de la séquence
<b>3EME DEMI-JOURNEE</b>	
<b>Module 3.1</b> <b>Les troubles anxieux (suite)</b>	Approfondissement des interventions pour les troubles anxieux  Gestion des crises d'attaque de panique et chocs post-traumatique <ul style="list-style-type: none"> <li>› Techniques de gestion de crises en petits groupes</li> <li>› Ateliers pratiques sur les techniques de respiration et relaxation</li> </ul>
<b>Module 3.2</b> <b>Les troubles alimentaires et psychotiques</b>	Présentation des troubles alimentaires : anorexie, boulimie  Introduction aux troubles psychotiques : signes, symptômes, interventions pratiques <ul style="list-style-type: none"> <li>› Discussions en groupe sur les signes d'alerte</li> <li>› Simulations d'intervention en cas de crise psychotique</li> </ul>
<b>4EME DEMI-JOURNEE</b>	
<b>Module 4.1</b> <b>Les troubles psychotiques</b>	Approfondissement sur les interventions et gestion des crises psychotiques  Plan d'action détaillé pour les troubles psychotiques <ul style="list-style-type: none"> <li>› Jeux de rôle pour la gestion de crises psychotiques</li> <li>› Vidéos éducatives et débats sur les cas</li> </ul>
<b>Module 4.2</b> <b>Substances et dépendances</b>	Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances  Signes, symptômes et interventions  Gestion des crises liées à l'abus de substances <ul style="list-style-type: none"> <li>› Ateliers interactifs sur la reconnaissance des symptômes et les interventions</li> <li>› Étude de cas sur les crises de dépendance</li> </ul>
<b>Clôture</b> <b>Evaluer l'atteinte des objectifs pédagogiques</b>	Evaluation des connaissances et compétences acquises via un questionnaire de rétroaction  Mise en perspective des changements de pratiques