



INSTITUT de
FORMATION des
SOPHROLOGUES
PROFESSIONNELS

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

MODULE STANDARD

2 JOURS

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Document référence MS 16 PSSM - 2J Programme Detaille V02-2024, Maj le 27/06/2024

Siège Social : IFSP 5 av. Pierre Louve - 38080 L'Isle D'Abeau
Tél. : 06 25 45 92 85 / Mail : contact@ifsp-lyon.fr
SAS au capital de 5 000 € - SIRET : 818 337 339 00027, RCS de Vienne – Code APE : 8559A

WWW.IFSP-LYON.FR

Organisme de formation enregistré auprès de la DREETS sous le n° 84 38 06279 38



Le contexte de votre formation

L'IFSP : Organisme de formation spécialisé dans la formation au métier de Sophrologue depuis 2016.

Enregistré sous le numéro 84 38 06279 38 auprès de la **DREETS** Auvergne Rhône Alpes. Ce numéro ne vaut pas agrément d'état.

Le lieu : Le WoodClub - 97 allée Alexandre Borodine - Parc Technologique - 69800 Saint Priest



processus certifié



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation

La qualité : Titulaire du certificat Qualiopi N° : 2101275.1 depuis le 08/09/2021 au titre de la catégorie « Actions de formation »

Audit de surveillance Qualiopi réalisé et validé le 18/08/2023



La déontologie : Membre du Syndicat des Sophrologues Indépendants et du réseau national de Sophrologues Professionnels « La parenthèse ». Nous travaillons dans le respect du code de déontologie du SSI, code que nous transmettons à nos stagiaires.



Votre formation

Public et objectifs :

La formation s'adresse à toute personne majeure. 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 la personne en difficulté.


Ce module vous permettra de devenir **secouriste en santé mentale, accrédité par PSSM-France** :

- ✓ 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, rassurer et donner de l'information adaptée
- ✓ Mieux faire face aux comportements agressifs.

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.


 **Tarifs :** 250,00 € TTC comprenant le manuel Premiers Secours en Santé Mentale (valeur 30 €).

 **Durée :** 14 heures, soit 2 jours en présentiel, consécutifs (vendredi - samedi)

 **Dates :** rendez-vous sur notre catalogue en ligne pour connaître les prochaines sessions et vous inscrire en cliquant ici : <https://ifsp.hop3team.com>

Accès à la formation :

- ✓ Niveau de connaissances préalables requis : aucun
- ✓ Délai d'accès à la formation : 1 semaine pour une demande d'inscription personnelle
- ✓ Accessibilité aux personnes porteuses d'un handicap : le lieu de formation satisfait la norme ERP.

 **Nature et Sanction de la formation :** Conformément aux dispositions de l'article L.6313-1 du Code du Travail, l'action de formation professionnelle s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du code du Travail : « actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances ». Elle est sanctionnée par une attestation de formation et un certificat de secouriste en santé mentale dispensée par PSSM-France, après validation des connaissances par QCM.

 **Gestion administrative :**

- ✓ **Contractualisation :** Convention de formation avec signature électronique certifiée
- ✓ **Suivi des présences :** émargements électroniques certifiés. Un émargement par 1/2 journée



Programme détaillé

La formation apprend 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 :



Contenus



Compétences

Jour

Savoirs

Détail des compétences

- 1**
- ✓ **Introduction à la santé mentale et aux PSSM**
 1. Cadre d'intervention
 2. Le plan AERER
 - ✓ **La dépression**
 1. Signes, symptômes et interventions
 2. Le plan d'action pour la dépression
 - ✓ **Les troubles anxieux**
 1. Signes, symptômes et interventions
- 2**
- ✓ **Les troubles anxieux - suite**
 1. Le plan d'action pour les troubles anxieux, attaques de panique et chocs post-traumatiques
 - ✓ **Les troubles psychotiques**
 1. Signes, symptômes et interventions
 2. Le plan d'action pour les troubles psychotiques et crises psychotiques sévères
 - ✓ **L'utilisation des substances**
 1. Troubles liés à l'utilisation de substances
 2. Le plan d'action pour l'utilisation des substances, crise d'agressivité

- ✓ Revoir ses représentations concernant la santé mentale.
 - ✓ Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale.
 - ✓ Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale.
 - ✓ Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale.
-
- ✓ Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
 - ✓ Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner de l'information adaptée.
 - ✓ Mieux faire face aux comportements agressifs.



Moyens humains et pédagogiques

Vos formateurs

Isabelle GUILHOT-RAYNARD



Formatrice accréditée Premiers Secours en Santé Mentale par PSSM-France, formation citoyenne qui permet de déstigmatiser les personnes concernées par un trouble psychique, de savoir repérer ces troubles, de savoir aider comment venir en aide à ces personnes.

Après une longue expérience dans le secteur bancaire, où elle a exercé des missions de référente Harcèlement et membre créatrice d'une commission de prévention des risques psychosociaux, Isabelle a eu la volonté d'accompagner l'Humain.

Sophrologue formée à l'IFSP, elle a choisi d'exercer son métier uniquement en séances de groupe, ateliers et formations.



**Formateur
accrédité**

PREMIERS SECOURS
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

Formations complémentaire en sophrologie : référente du Pôle Sophrologie et Acouphènes.

Formations complémentaires :

- Coach en cohérence cardiaque
- Thérapie ACT (dernière vague des TCC)
- Certifiée à l'utilisation de l'outil EQ-i 2.0 (intelligence émotionnelle)

Moyens et méthodes pédagogiques :

- ✓ **Moyens pédagogiques et techniques** :
 - Salle de formation respectueuse des normes Handicap
 - Vidéoprojection de supports powerpoint, vidéos, ...
 - Alternance de cours théoriques et de mises en situation - Méthodes pédagogiques variées, interactives, favorisant la participation, l'expérimentation et l'engagement
 - Espace extranet stagiaire
- ✓ **Supports de formation fournis** :
 - Manuel PSSM - 150 pages environ
- ✓ **Evaluations des connaissances acquises** : QCM



Nous contacter



contact@ifsp-lyon.fr



Claudine Jassey - 06 25 45 92 85