



Formation Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) – Module Jeunes

Formatrice
Cathy GERRER

Durée de la formation :
14 heures ; 2 journées

Date session :

19 et 20 octobre 2026

Lieu de la formation :

Institut de l'Assomption à Colmar (68)

Nombre de stagiaires :

De 8 à 16

Public cible :

Tous

1. Accroche :

Face à la détresse psychique des adolescents, chaque adulte peut devenir un premier maillon de secours. Cette formation certifiante vous apprend à reconnaître les signes de crise (dépression, anxiété, suicidalité) et à apporter une aide immédiate, sans jugement. Vous repartirez avec les réflexes pour rassurer, écouter et orienter un jeune en détresse vers les professionnels adaptés.

2. Prérequis pédagogiques :

Prérequis pédagogique : Aucun

Soumis à candidature : Non

Prérequis réglementaires : Non

Formation certifiante : Oui

3. Objectifs pédagogiques :

A la fin de la formation, les stagiaires auront la capacité de :

- 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

4. Contenu pédagogique :

Apports de connaissances théoriques autour des notions suivantes :

- Les troubles de santé mentale émergents : dépression, problèmes d'anxiété, troubles du comportement alimentaire, psychose, problèmes liés à la dépendance
- Les crises en santé mentale : pensées et comportements suicidaires, automutilations non suicidaires, attaques de panique, événements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques, comportements agressifs
- Ressources et modes d'interventions : identification du trouble et orientation vers l'interlocuteur adapté.

5. Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Supports remis : livret pédagogique PSSM

Modalités d'animation : Alternance d'apports théoriques courts, d'études de cas concrets, de mises en situation et de jeux de rôle.

6. Moyens mis en œuvre pour suivre les stagiaires et prévenir les abandons

Le cadre d'intervention, les objectifs pédagogiques généraux et le programme sont nommés en début de formation.

Les stagiaires sont invités à se présenter et à formuler explicitement leur objectif personnel.

Interactions encouragée et facilitée pendant toute la journée.

7. Les critères d'évaluation et résultats attendus au terme de la formation :

Au démarrage de la formation, l'intervenant évalue le niveau de connaissance de chaque participant. Le travail en sous-groupe permet un échange de pratiques entre pairs.

A l'issue de la formation, les stagiaires sont évalués et obtiennent le certificat PSSM Module Jeunes. Une attestation de fin de formation sera délivrée à l'issue de l'action de formation.

8. Programme détaillé :

Accueil, positionnement et évaluation des attentes

JOUR 1

MATIN

Introduction : PSSM, troubles psychiques et développement de l'adolescent

- Développement de l'adolescent et impact des troubles psychiques
- Les problèmes de santé mentale chez les jeunes
- Handicap causé par les problèmes de santé mentale chez les jeunes
- Plan d'action des Premiers secours en santé mentale

APRES MIDI

Troubles dépressifs, troubles anxieux, troubles suicidaires, automutilations non-suicidaires

- Les signes de la dépression chez les jeunes et l'importance de l'intervention précoce
- Les symptômes de l'anxiété
- Évaluation et assistance
- Plan d'actions PSSM pour la dépression
- Les différents symptômes des troubles anxieux et leur prévalence

JOUR 2

MATIN

Troubles anxieux et troubles des conduites alimentaires.

- Les symptômes des troubles des conduites alimentaires
- Les traitements efficaces
- L'importance de l'intervention précoce
- Plan d'action des PSSM en cas de trouble des conduites alimentaires
- Évaluation et aide à la prise en charge des urgences médicales liées à ces troubles

APRES MIDI

Troubles psychotiques et prises de substances

- Les symptômes des troubles psychotiques
- Les traitements efficaces des troubles psychotiques
- L'importance de l'intervention précoce
- Plan d'action PSSM pour ces troubles
- Les signes, les facteurs de risque des abus de substances
- Les traitements efficaces
- Plan d'action PSSM en cas de mésusage de substances
- Évaluation et gestion des intoxications pour une prise en charge des urgences médicales liées à l'abus de substances

Test de fin de formation

Conclusion, bilans individuels et collectifs

9. La formatrice :

Cathy GERRER

Formatrice accréditée en Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) et professeure des écoles de formation.

Forte de plus de 25 ans d'expérience au sein de l'Éducation nationale, elle a exercé comme enseignante, coordonnatrice de réseau d'éducation prioritaire et formatrice académique.

Elle accompagne les équipes éducatives dans leurs démarches de prévention, de santé mentale et d'amélioration du climat scolaire.

Son expertise en ingénierie pédagogique, en communication et en formation pour adultes contribue au développement d'une culture de prévention, de coopération et de protection des enfants et des adolescents.

