

LETTRE D'INFORMATION REFERENTE HANDICAP

ifCASS

**FOCUS SUR LE PROGRAMME NATIONAL DE FORMATION
PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE (PSSM)**

Numéro : 13

Juin 2023

La définition de la santé mentale par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS)

La santé mentale est une composante essentielle de la santé et représente bien plus que l'absence de troubles ou de handicaps mentaux. Selon l'OMS, la santé mentale est un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».



**Premiers Secours
en Santé Mentale
France**

APPRENDRE À AIDER

La santé mentale, un enjeu de santé publique

Un français sur cinq est touché chaque année par un trouble psychique, soit 13 millions de personnes.

Le taux de suicide en France est l'un des plus élevés des pays européens de développement comparable.

Selon l'OMS, une personne sur quatre est touchée au cours de sa vie par un trouble de santé mentale.

Ces derniers chiffres illustrent bien l'ampleur des troubles psychiques dans le quotidien des Français, qu'ils soient malades, aidants ou tout simplement proches. On connaît donc forcément quelqu'un, autour de soi, qui a été, est ou sera concerné par ce type de troubles à un moment ou un autre de sa vie.

Premiers secours en santé mentale : une initiative australienne

Le programme de Premiers secours en santé mentale (Mental Health First Aid, MHFA) a été conçu en Australie il y a plus de 20 ans à partir du postulat que l'on peut prendre soin de sa santé mentale comme on peut prendre soin de sa santé physique.

Sur le modèle de la formation aux premiers secours physiques, le programme forme des secouristes pour qu'ils soient à même de mieux repérer les troubles en santé mentale (dépression, anxiété, psychose), d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, de relayer au service le plus adapté.

Une initiative reprise par la France

A partir de 2003, le PSSM s'est développé dans de nombreux pays. Il a été mis en place en France à compter de 2019.

Le sujet de la santé mentale prend de l'ampleur, notamment suite aux conséquences de la crise sanitaire. La formation de secouristes en santé mentale devient un enjeu national.

**Site internet
de PSSM France**

[Htttpps://
pssmfrance.fr](https://pssmfrance.fr)



Sources :

OMS
PSSM
Manuel des
premiers
secours en
santé
mentale

En conclusion des Assises de la Santé mentale et de la Psychiatrie, le 28 septembre 2021, le Président de la République a fixé l'objectif de former 60 000 secouristes en santé mentale d'ici fin 2023 .

Depuis son lancement, le seuil de 50 000 secouristes formés est atteint mi-mars 2023.

La formation PSSM

La formation PSSM, d'une durée de deux jours, est ouverte à tous les personnes majeures sans exigence de pré requis.

Les objectifs :

Elle a pour objectif de former des secouristes en leur donnant des clés pour repérer les troubles psychiques (dépressions, addictions, troubles bipolaires, schizophrénie...) chez un collègue ou un proche, et ainsi aider cette personne à aller vers le soin (structure de soins et d'accompagnement, psychiatres, ligne d'écoute...). Elle permet aussi d'avoir un comportement adapté en cas de crise. C'est un premier soutien pour ces personnes atteintes de ces troubles.

La méthode :

La formation passe en revue les différents cas de troubles de santé mentale, hors crise et en situation de crise, avec un plan d'action pour savoir comment agir. Elle s'appuie sur une pédagogie active avec des mises en contexte à travers des activités, des vignettes de vécus de troubles psychiques, des vidéos et des témoignages ou des jeux de rôle. Chaque secouriste formé reçoit un manuel pour l'aider à mobiliser ses connaissances en cas de besoin.

Le coût :

Le coût de la formation peut être pris en charge par les OPCO et les employeurs dans le cadre de leur plan de formation. A titre indicatif, le tarif préconisé est de 250 euros.

Les projets

Outre la formation de base, PSSM France met en place deux modules pour favoriser la prise en charge précoce des jeunes. Selon l'OMS, plus de la moitié des troubles psychiques apparaissent avant l'âge 14 ans.

Le programme jeunes (effectif en 2023) à destination des adultes vivant ou travaillant avec des adolescents.

Le programme Ados qui devrait être effectif fin 2023 destiné aux adolescents pour intervenir auprès de leurs camarades de classe, leurs voisins et amis.

AERER : Plan d'action pour les Premiers Secours en Santé Mentale:

Approcher la personne, évaluer et assister en cas de crise—**E**couter activement et sans jugement—**R**éconforter et informer—**E**ncourager à aller vers les professionnels—**R**enseigner sur les autres ressources possibles.

Vous pouvez retrouver toutes des offres de formation sur le site :
<https://pssmfrance.fr>

Pour approfondir le sujet :

Feuille de route psychiatrie et santé mentale ARS: <https://www.ars.sante.fr/media/29962/download?inline>

<https://www.santepubliquefrance.fr/les-actualites/2019/suicide-et-tentative-de-suicides-donnees-nationales-et-regionales>

Sur le site <https://pssmfrance.fr>, vous trouverez des témoignages et des podcasts sur le sujet.