



1 jeune âgé de 10 à 19 ans sur 7 souffre d'un trouble psychique.

20,8% des 18-24 ans sont concernés par la dépression.

35% des 18-24 ans déclarent ne pas savoir comment prendre soin de leur santé mentale.

selon l'OMS "Santé mentale des adolescents" et Santé Publique France "Santé mentale des jeunes"

## Les Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) c'est quoi ?

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. Ils sont dispensés jusqu'à ce qu'une **aide professionnelle puisse prendre le relais**, ou jusqu'à ce que la crise soit résolue.

Ils sont l'équivalent des **gestes de premiers secours** qui, eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté.

**“ On peut prendre soin de sa santé mentale comme on peut prendre soin de sa santé physique ”**

Le module Jeunes a été spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs. Tout comme la formation PSSM standard, il aborde les troubles psychiques les plus fréquents, en situation de crise et hors crise et donne des clés de lecture et des outils pratiques pour y répondre. Sont également abordés plus particulièrement les troubles spécifiques aux adolescents, comme les troubles alimentaires ou du comportement, les états anxieux ou dépressifs, les pensées suicidaires, l'automutilation, etc.

Ne demandant aucun prérequis, le module Jeunes allie apports théoriques et mise en pratique (travaux en sous-groupe, mises en situation, vidéos...) afin de se constituer une boîte à outils concrète pour prendre confiance dans l'interaction avec des jeunes.

Fondée en 2001 en Australie, l'association PSSM est aujourd'hui présente dans **28 pays**, dont la France. Son objectif est de lutter contre la stigmatisation des personnes souffrant de troubles psychiques, dans une logique de sensibilisation et d'informations auprès du grand public. Elle s'appuie, pour cela, sur un protocole\* baptisé "**Premiers Secours en Santé Mentale**" et à destination du grand public.

PSSM France poursuit son engagement en lançant la formation Premiers Secours en Santé Mentale Jeunes.

\* Nom d'origine : Mental Health First Aid (MHFA)

# Premiers Secours en Santé Mentale

MODULE JEUNES



**Formateur  
accrédité**  
PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

Grâce à nos formateurs accrédités par l'association **PSSM France**, les futurs secouristes apprendront à :

- ✓ 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.
- ✓ Mieux faire face aux comportements agressifs.

Une démarche pédagogique participative vous permettra de prendre confiance dans l'interaction avec des jeunes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale et de renforcer l'aide qui peut leur être apportée.

## F.A.Q.



### Pour qui ?

La formation aux PSSM s'adresse à tous les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs.

### Où se former ?

Nos formateurs accrédités par l'association PSSM France se déplacent dans vos locaux, à une date convenue ensemble.

### Combien de temps ?

La formation dure 14 heures réparties sur 2 journées, de 09h00 à 17h00, ou en 4 demi-journées étalées sur un mois.

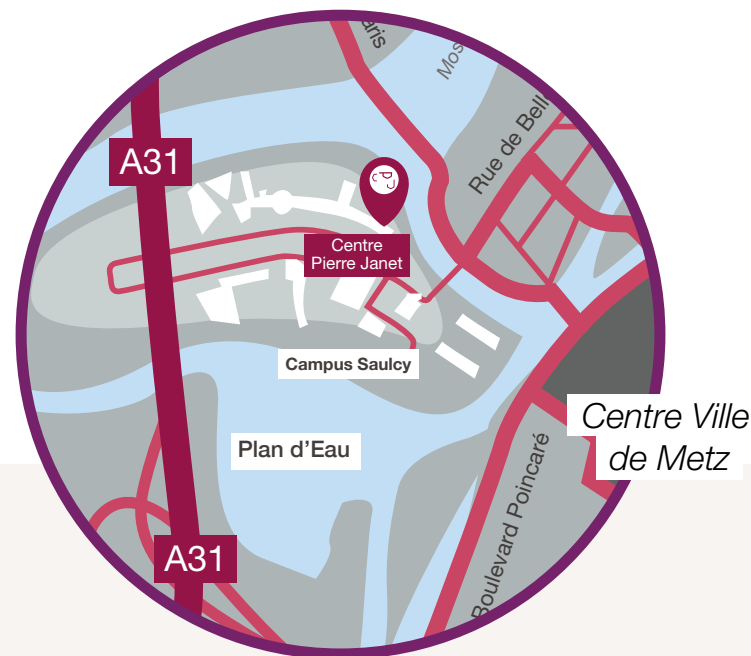
### Et ensuite ?

Un questionnaire d'évaluation en ligne est à remplir après la formation et donne lieu, si réussi, à une certification reconnue.

Le **Pôle Formation** du Centre Pierre Janet fait partie des organismes accrédités par l'association PSSM France, il est notamment spécialisé dans la conception de formations sur-mesure en entreprise, adaptées aux besoins des professionnels et en prise avec la réalité de terrain. Grâce à son expertise en ingénierie pédagogique, il est capable de mobiliser les ressources nécessaires à votre demande.

En savoir plus : [www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr/la-formation](http://www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr/la-formation)

✉ Informations et devis : [cpj-formation@univ-lorraine.fr](mailto:cpj-formation@univ-lorraine.fr)



### Centre Pierre Janet

Université de Lorraine  
Île du Saulcy 57000 Metz

03.72.74.82.93

[centrepierrejanet@univ-lorraine.fr](mailto:centrepierrejanet@univ-lorraine.fr)

[www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr](http://www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr)

Suivez-nous sur



*Le Centre Pierre Janet est identifié comme la structure de référence en Moselle pour la prise en charge du trauma. Il dispose notamment d'une cellule d'urgence, mobilisable en moins de 48h en cas d'événements traumatiques soudains et violents.*



Le Centre Pierre Janet est un service de l'Université de Lorraine, dédié aux évolutions et à l'innovation dans le domaine de la psychothérapie. Il se compose de 3 Pôles travaillant en synergie : la Recherche, la Formation et la Consultation. Il est dirigé par le Pr. Cyril Tarquinio.