

Premiers secours en santé mentale

De quoi s'agit-il ?

Il s'agit d'un projet de formation du grand public dont les objectifs - prévention primaire et déstigmatisation des troubles psychiques - s'inscrivent parfaitement dans le Programme national de santé publique.

Les premiers secours en santé mentale (PSSM) sont inspirés du programme « mental health first aid », né en Australie en 2000, déjà mis en œuvre dans plus de 20 pays et ayant fait ses preuves. En Europe, il est déjà développé au Royaume Uni, aux Pays Bas, et en cours de mise en place en Suisse et en Allemagne. Le programme est cité comme exemple de bonne pratique en santé mentale dans la publication 2018 de EU Compass (de la feuille de route européenne en santé mentale) « Good practices in mental health and well-being », qui ne recense que des projets et des actions évalués de façon rigoureuse.

Dans quel objectif ?

Le projet vise à repérer les troubles psychiques ou les signes précurseurs de crise afin d'intervenir précocement, sur le modèle des « gestes qui sauvent ».

Quel est l'enjeu de santé publique ?

La détresse psychique appelle des interventions précoces car les prises en charge tardives sont synonymes de troubles plus sévères et chroniques

Les personnes avec des troubles psychiques hésitent souvent à recourir à de l'aide ou des soins. Si leur entourage (familial, social, professionnel) était mieux informé sur ces troubles sur les attitudes à adopter dès les premiers signes de problème ou de crise, le recours aux soins serait plus précoce et plus efficient.

La formation permet une meilleure connaissance de la santé mentale, des troubles psychiques, facilite le repérage de ces troubles et indique la conduite à tenir en cas de crise.

Comment former ?

Le programme consiste en une formation de 12h à 14h avec des cours théoriques portant sur les symptômes et facteurs de risque de dépression, anxiété, psychose et addictions, et sur les situations de crise associées à ces pathologies : crise suicidaire, attaque de panique, événement traumatique, menaces, overdose ; puis une mise en pratique pour acquérir les comportements adéquats, tout cela à l'aide d'un manuel.

Ce programme permet d'intervenir avec aisance et de façon proactive, devant toute situation nécessitant des secours en santé mentale. Il s'adresse à tous dans une logique d'aide par les pairs.

Le projet est divisé en 6 phases :

1. Adaptation du programme avec les créateurs australiens du concept
2. Production et édition du guide de référence pour la France à partir du guide international
3. Elaboration du module de formation de base, adapté de la traduction québécoise pour prendre en compte le contexte français
4. Formation d'instructeurs PSSM en charge de la formation des formateurs PSSM
5. Formations pilotes, dans 4 territoires et avec des populations cibles spécifiques
6. Déploiement du dispositif sur l'ensemble du territoire national

Qui sont les opérateurs ?

Santé mentale France, l'INFIIP et l'UNAFAM

Santé Mentale France est une fédération qui met en œuvre une dynamique de réseau national favorisant la coordination sur chaque territoire en vue d'améliorer les conditions d'accompagnement, des relais d'information, d'expertise et d'assistance à projets auprès de ses adhérents.

L'INFIPP est un organisme de formation continue pour les professionnels de santé, spécialisé dans le secteur de la santé mentale. Son centre de formation est basé à Villeurbanne.

L'INFIPP est membre de l'Economie Sociale et Solidaire (ESS) et a reçu la qualification OPQF, label qualité de référence en matière de formation professionnelle continue. C'est également un Organisme de Développement Professionnel Continu (ODPC) et à ce titre habilité à concevoir des actions DPC pour les professionnels concernés par cette obligation qu'ils soient salariés, libéraux ou exerçant en centres de santé.