

# Enjeux des premiers secours en santé mentale



**Formatrice  
accréditée**

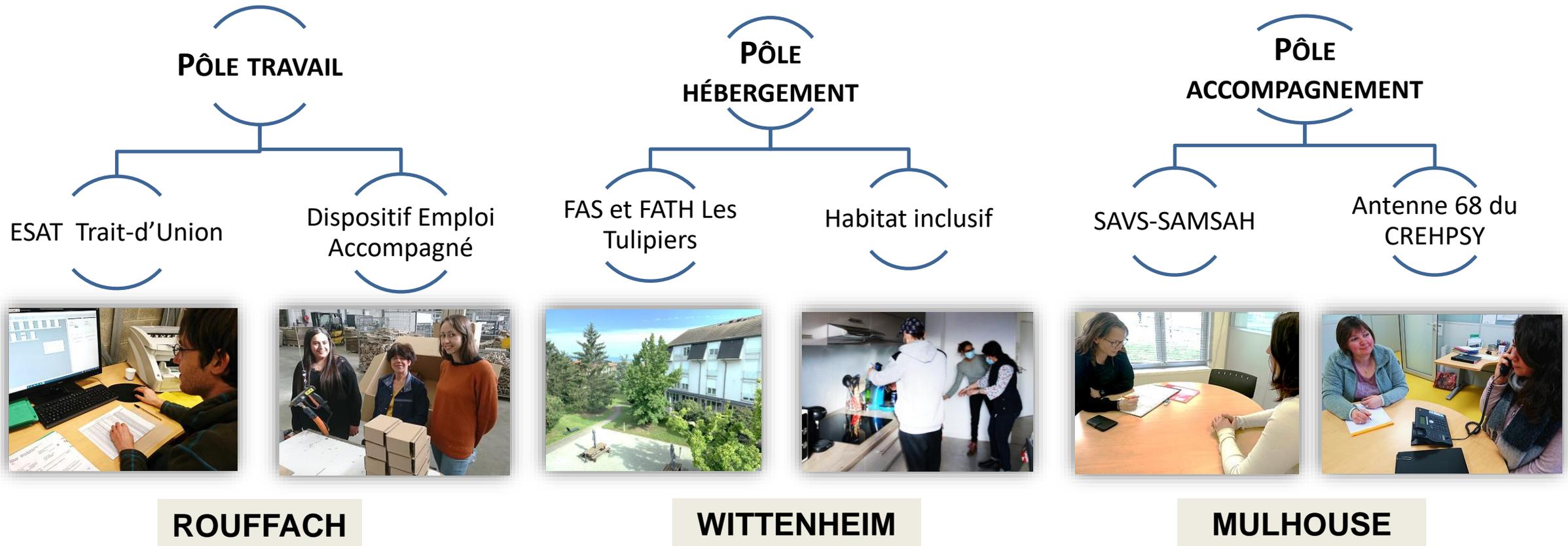
PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE



Muriel Scheffmann  
Association Santé Mentale Alsace

*03 et 04/03/2023 – CPTS Mulhouse Agglomération*

# Santé Mentale Alsace



+

•

○

# Sommaire

- **PSSM France**
- **La santé mentale & les interventions**
- **Les Premiers Secours**
- **Formation PSSM en pratique**



# PSSM France

Association à but non lucratif  
fondée en 2018 par

- l'Infipp
- Santé Mentale France
- l'Unafam



# PSSM France

Face à la méconnaissance de la population générale quant à la santé mentale, PSSM France s'attache à **lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques**, qui constitue un frein puissant à l'accès aux soins, au rétablissement, à l'inclusion sociale et professionnelle.

Pour mener à bien sa mission, l'association a adapté au contexte français le programme de formation **MHFA (Mental Health First Aid)** dont elle détient une licence pour l'ensemble du territoire.



# Au 1<sup>er</sup> mars 2023

## Dans le monde

25 pays

5 300 000  
secouristes

## En France

49 000  
secouristes

850  
formateurs

**Objectif : 750 000 secouristes d'ici  
2030**

# LA SANTE MENTALE...

- **Un champ vaste d'exploration : la santé mentale est plus que l'absence de maladies psychiques**
- **La santé mentale fait partie intégrante de la santé : pas de santé sans santé mentale !**
- **L'OMS en donne une définition positive :**

*La santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté*

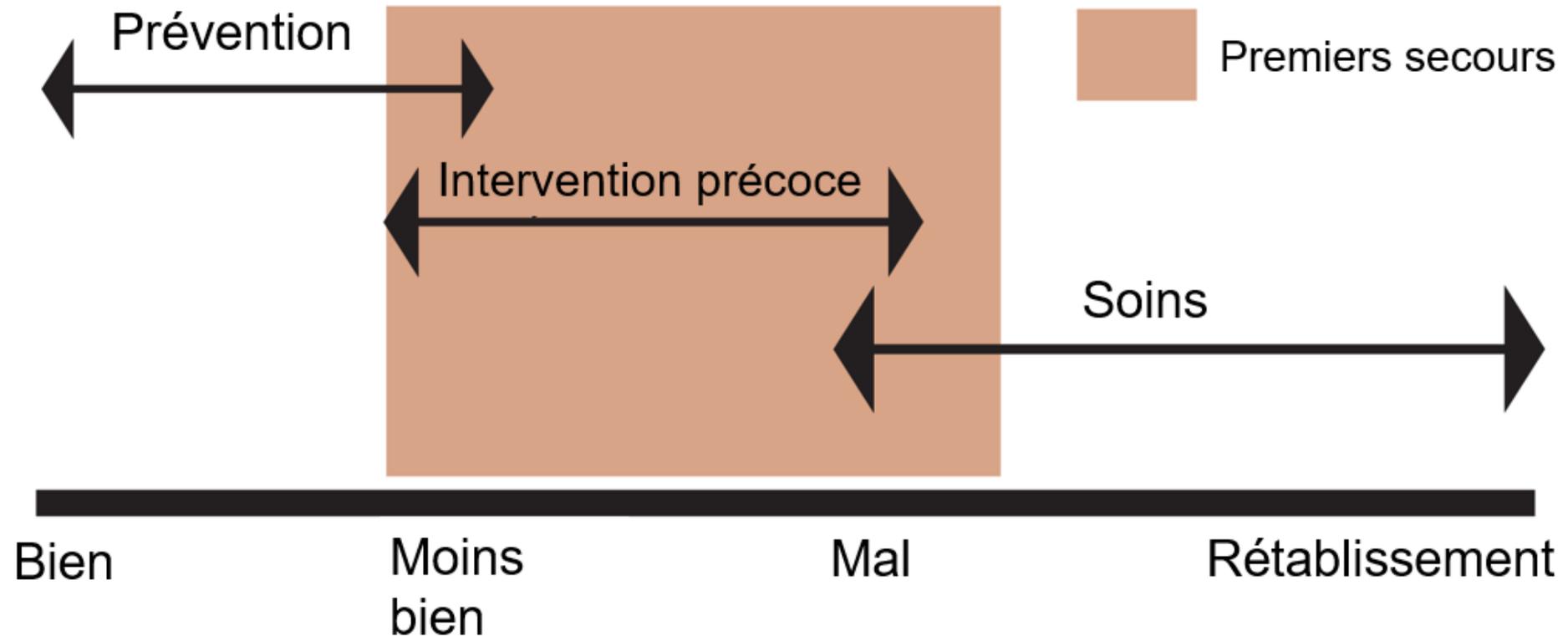
# LES TROUBLES PSYCHIQUES

## Un enjeu majeur de **santé publique**

- Les troubles psychiques sont le **2<sup>ème</sup> problème de santé** des 15-29 ans (monde)
- **+27% des Européens** sont touchés par un problème de santé mentale
- En 2021, **10% des Français** ont eu des pensées suicidaires (+5 pts // avant Covid)
- En 2022, **28% des arrêts maladie longs** avaient pour cause les troubles psychiques
- Le déploiement des PSSM figure sur la feuille de route du gouvernement : mesure énoncée lors des **Assises de la santé mentale et de la psychiatrie**

# LA SANTE MENTALE...

## Un large spectre d'interventions



## Organisation mondiale de la santé

# 1/2

La moitié des problèmes de santé mentale se manifeste avant l'âge de 14 ans, mais la plupart des cas ne sont ni détectés ni traités.

## LA SANTE MENTALE...

**Plus  
l'intervention est  
précoce, plus le  
rétablissement  
sera facilité**

*60% des jeunes souffrant de psychoses se rétablissent socialement en 2 ans grâce à une intervention précoce  
(D. Fowler, IEPA 2021)*

# Les PSSM

Constituent la **première aide** apportée à toute personne

- qui développe un problème de santé mentale
- dont les problèmes existants s'aggravent
- traverse une crise

**Venir en aide, ça s'apprend !**

# Les PSSM

## Un plan d'action

**A**pprocher, évaluer et assister en cas de crise

**E**couter activement et sans jugement

**R**éconforter et informer

**E**ncourager à aller vers des professionnels

**R**enseigner sur les autres ressources disponibles

# Les PSSM

- Font **reculer la stigmatisation** des problèmes de santé mentale
- Permettent d'**augmenter les connaissances** autour de la santé mentale
- Apprennent à **reconnaître** une personne en souffrance et à **mieux réagir** dès les premiers signes de trouble ou en état de crise

*Le programme PSSM s'appuie sur une démarche scientifique*



Plus de **49 000**  
secouristes en santé  
mentale formés  
en France !

**Pourquoi pas vous ?**

# La formation

- **2 modules actuellement dispensés :**

- ✓ **Standard**

- ✓ Jeunes



- **14h**
- **Aucun pré-requis**
- **Soit en intra, soit en inter à Wittenheim (nous contacter)**

# La formation standard

- Dépression
- Troubles anxieux
- Troubles psychotiques
- Trouble lié à l'utilisation de substances

Etudes de cas  
Vidéos de témoignages  
Jeux de rôle  
Connaissances de base  
Manuel personnel

**Il ne s'agit pas d'annoncer un diagnostic, mais de reconnaître les signes de souffrance pour orienter au mieux la personne.**



# Les enjeux en résumé

**Impact individuel: tout citoyen peut  
venir en aide à son prochain**

**Impact sur la société: enjeu de santé  
publique**

- Parce que l'**intervention précoce** est primordiale pour le **rétablissement**
- Parce que la **stigmatisation** est omniprésente dans la société
- Parce qu'à l'heure des pénuries de médecins, le soin n'est **pas la seule solution**

# Merci pour votre attention



**Formatrice  
accréditée**

PREMIERS SECOURS  
EN SANTÉ MENTALE FRANCE

## **Muriel Scheffmann**

**Formatrice accréditée PSSM France**

**Association Santé Mentale Alsace**

03.89.49.50.45 – 06.45.29.47.53

[resp.emploi.accompagne@sma-asso.fr](mailto:resp.emploi.accompagne@sma-asso.fr)

**Suivez toute l'actualité  
des PSSM sur  
les réseaux sociaux  
et sur [pssmfrance.fr](https://pssmfrance.fr)**

