



Premiers Secours en Santé Mentale



Marie Condemine

Formateur
accrédité

JIPEJAAD - 23/03/21

ORIGINES DU PROGRAMME

CONSTATS

- ▶ 1 personne sur 4-5 sera concernée par un problème de santé mentale (OMS).
- ▶ Seul un tiers d'entre-elles a un suivi adapté.
- ▶ L'intervention précoce est indispensable.
- ▶ Les réactions spontanées sont souvent contre-productives.
- ▶ La stigmatisation, les discriminations et les mauvaises représentations sont très répandues.

PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Origines du programme

- ▶ Une formation de deux jours
- ▶ Basée sur le modèle des premiers secours physiques
- ▶ Destinée à l'ensemble de la population générale
 - ▶ Des connaissances de base sur les troubles et les soins
 - ▶ Des savoir-faire et savoir-être face à une personne concernée par un problème de santé mentale
 - ▶ Des représentations bienveillantes autour de la santé mentale

CRÉATION AUSTRALIENNE

Origines du programme

- ▶ Créé par *MENTAL HEALTH FIRST AID* il y a 20 ans.
- ▶ 4 millions de secouristes formés dans le monde.
- ▶ Diffusé dans 25 pays.
- ▶ Un programme basé sur la co-construction entre personnes concernées, aidants, professionnels et chercheurs.
- ▶ De nombreuses adaptations aux populations spécifiques, et des modules centrés sur d'autres troubles.

IMPLANTATION FRANÇAISE

Origines du programme

- ▶ Regroupement des forces
 - ▶ INFIPP
 - ▶ UNAFAM
 - ▶ Santé Mentale France
- ▶ Adaptation des données scientifiques et au contexte territorial.
- ▶ Validation par les experts nationaux.

AMBITIONS

13. Former les étudiants aux premiers secours en santé mentale

Prévention à la Santé du comité interministériel pour la Santé

- La formation aux « Premiers secours en santé mentale » des hôtes des Pensions de familles et résidences accueil, ainsi que de l'habitat inclusif.

Feuille de route pour la Santé Mentale et la Psychiatrie

Rapport DONATA

s'articulera avec le développement de la formation aux premiers secours en santé mentale prévue dans le plan national de santé publique

DÉPLOIEMENT

Au 15 mars 2021

4,803

secouristes PSSM formés

403

formations de secouristes
organisées

187

formateurs accrédités

- ▶ Autonomie complète de PSSM FRANCE.
- ▶ Module e-learning.
- ▶ 98% de satisfaction.

CONSTRUCTION DU PROGRAMME

Ce que sont les PSSM

- ▶ UNE AIDE POUVANT ÊTRE PROPOSÉE À UNE PERSONNE QUI :
 - ▶ Développe un problème de santé mentale
 - ▶ Dont les problèmes existants s'aggravent
 - ▶ Qui traverse une crise de santé mentale
- ▶ PAR :
 - ▶ N'importe quel citoyen - proximité physique ou relationnelle.
- ▶ POUR :
 - ▶ Soutenir émotionnellement
 - ▶ Accompagner précocement vers les soins adaptés
 - ▶ Mieux gérer les crises
 - ▶ Renseigner sur la santé mentale
- ▶ DANS UNE LOGIQUE DE DESTIGMATISATION

APERÇU DU PROGRAMME

- ▶ Définition du sujet
- ▶ Présentation de 4 problèmes de santé mentale :
 - ▶ *Trouble dépressif*
 - ▶ *Trouble anxieux*
 - ▶ *Trouble psychotique*
 - ▶ *Trouble lié à l'utilisation de substances*
- ▶ Présentation de 7 crises en santé mentale.
- ▶ Premiers Secours en Santé Mentale pour chaque situation

2 JOURS

Ce que sont les PSSM

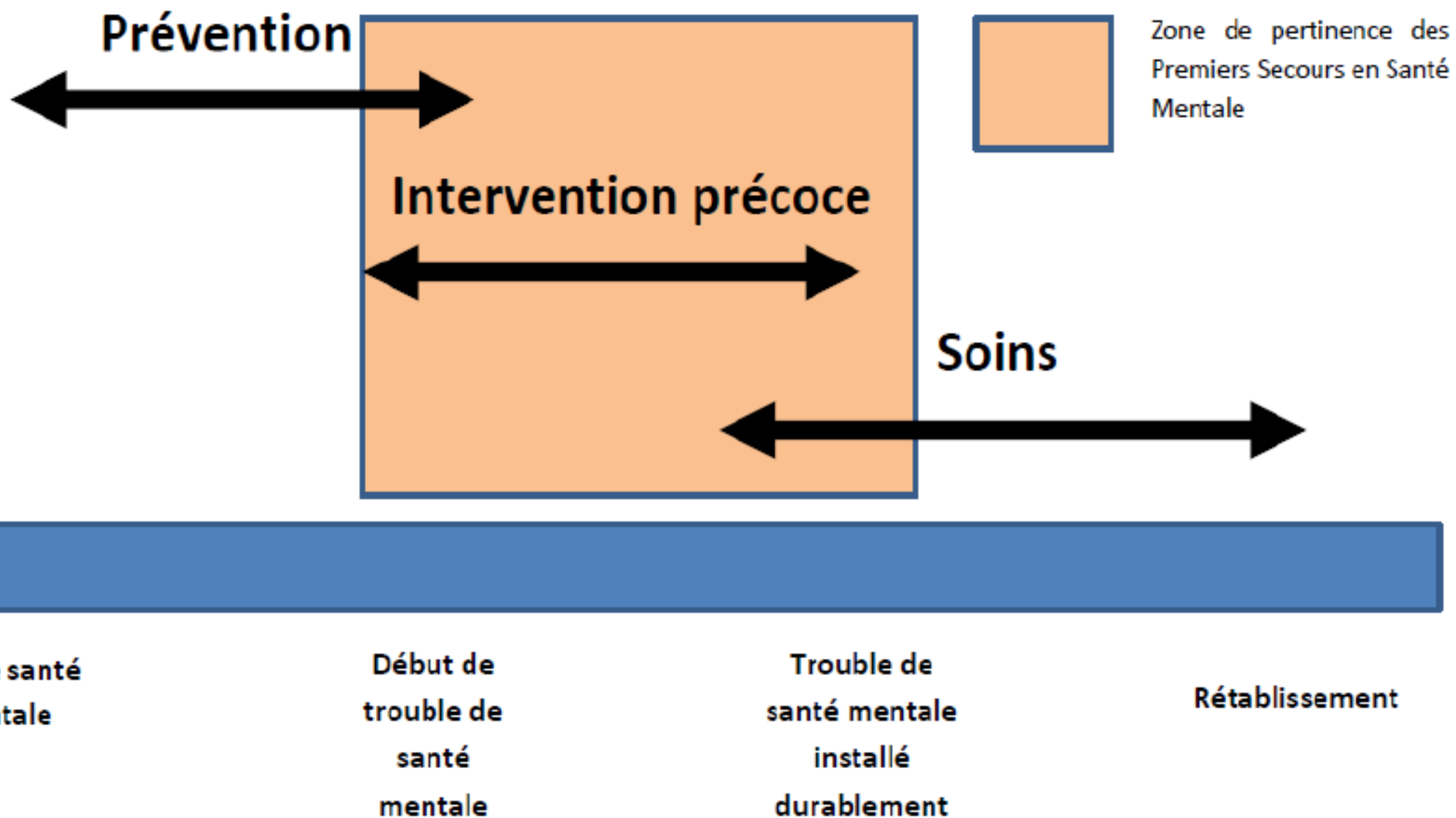
- ▶ UNE AIDE POUVANT ÊTRE PROPOSÉE À UNE PERSONNE QUI :
 - ▶ Développe un problème de santé mentale
 - ▶ Dont les problèmes existants s'aggravent
 - ▶ Qui traverse une crise de santé mentale
- ▶ PAR :
 - ▶ N'importe quel citoyen - proximité physique ou relationnelle.
- ▶ POUR :
 - ▶ Soutenir émotionnellement
 - ▶ Accompagner précocement vers les soins adaptés
 - ▶ Mieux gérer les crises
 - ▶ Renseigner sur la santé mentale
- ▶ DANS UNE LOGIQUE DE DESTIGMATISATION

CE QUE SONT LES PSSM

- ▶ UNE AIDE POUVANT ÊTRE PROPOSÉE À UNE PERSONNE QUI :
 - ▶ Développe un problème de santé mentale
 - ▶ Dont les problèmes existants s'aggravent
 - ▶ Qui traverse une crise de santé mentale
- ▶ PAR :
 - ▶ N'importe quel citoyen - proximité physique ou relationnelle.
- ▶ POUR :
 - ▶ Soutenir émotionnellement
 - ▶ Accompagner précocement vers les soins adaptés
 - ▶ Mieux gérer les crises
 - ▶ Renseigner sur la santé mentale
- ▶ DANS UNE LOGIQUE DE DESTIGMATISATION

CE QUE LES PSSM NE SONT PAS

- ▶ Un groupe de thérapie ou de soutien.
- ▶ Une formation professionnalisante donnant des compétences pour :
 - ▶ Devenir thérapeute,
 - ▶ Poser un diagnostic.
- ▶ Un statut officiellement reconnu.



UN PROGRAMME STANDARDISÉ

- ▶ Ambition de diffusion massive.
- ▶ Diffuser une base de connaissance solide.
- ▶ Un champ d'expertise à part entière, créé sur la méthode DELPHI.
- ▶ Un déroulé pédagogique accessible à tous.
- ▶ Evaluation du programme et recherches.

EFFICACITÉ DU PROGRAMME

RECHERCHES SUR L'EFFICACITÉ

- ▶ Plus de 100 études ont été publiées. Plus de 18 essais randomisés contrôlés réalisés.

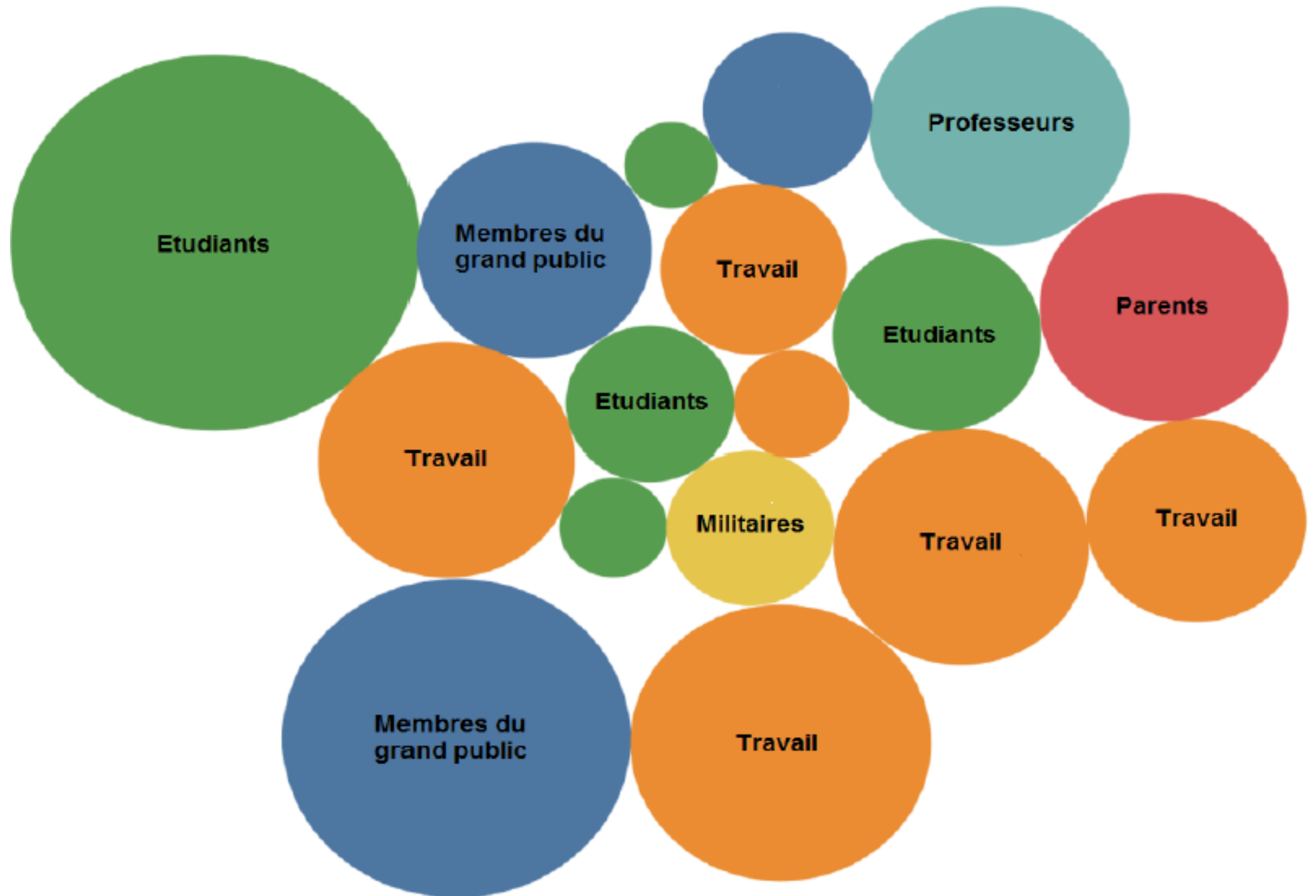
Disponibles sur : <https://mhfa.com.au/research/mhfa-course-evaluations>

- ▶ 2 méta-analyses :
 - Méta-analyse 2014 par des chercheurs suédois
 - Méta-analyse 2018 par l'université de Melbourne



MÉTA-ANALYSE DE 2018

Efficacité du programme



CONCLUSIONS MÉTA-ANALYSES

- ▶ Bonne rétention des connaissances dispensées, même après 6 mois. ($ds=0,72$, $ds=0,54$)
- ▶ Reconnaissance des traitements adaptés. ($ds=0,45$)
- ▶ Identification spécifique des problèmes de santé mentale 6 mois après la formation. ($ds=0,52$)
- ▶ Attitudes légèrement moins stigmatisantes et moins de comportements discriminants.
- ▶ Même effet sur la stigmatisation que les programmes spécifiques de lutte contre la discrimination

CONCLUSIONS MÉTA-ANALYSES

- ▶ Les nouveaux secouristes se sentent plus en capacité d'assister une personne qu'avant la formation. ($d_s=0,58$)
- ▶ Ils utilisent mieux les savoirs-faire MHFA.
- ▶ Même dans des délais très courts, ils déclarent avoir pu dispenser des premiers secours.
- ▶ Les résultats sont généralisables à d'autres populations, venant d'autres pays. Cela soutient la diffusion du programme à l'international.

FOCUS SUR LES POPULATIONS ÉTUDIANTES

- ▶ Amélioration de la santé mentale des étudiants en médecine, en soins infirmiers, en travail social, en pharmacie...
- ▶ Réduction des attitudes stigmatisantes.
- ▶ Meilleur sentiment de capacité à venir en aide.
- ▶ Dispensation effective de PSSM.

BIBLIOGRAPHIE

- Faraone, S. V. (2008). Interpreting estimates of treatment effects: implications for managed care. *Pharmacy and Therapeutics*, 33(12), 700.
- Hadlaczky G, Hokby S, Mkrtchian A, Carli V, Wasserman D. Mental Health First Aid is an effective public health intervention for improving knowledge, attitudes, and behaviour: A meta-analysis. *International Review of Psychiatry*. 2014; 4; 467-475
- Jorm, A. F. (2015). Using the Delphi expert consensus method in mental health research. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 49(10), 887-897.
- Jorm AF, Ross, AM. Guidelines for the public on how to provide mental health first aid: a narrative review. *BJPscyh Open*, 2018
- Morgan AJ, Ross A, Reavley NJ. Systematic review and meta-analysis of Mental Health First Aid training: Effects on knowledge, stigma, and helping behaviour. *PLOS Journal*. 2018; 13 (5)
- Pierce D, Liaw ST, Dobell J, Anderson R. Australian rural football club leaders as mental health advocates: an investigation of the impact of the Coach the Coach project. *International Journal of Mental Health Systems*. 2010; 4: 10.
- Surowiecki, J., & Riot, E. (2008). *La sagesse des foules*. JC Lattès.
- Van Campenhoudt, L., Marquet, J., & Quivy, R. (2017). *Manuel de recherche en sciences sociales*-5e éd. Dunod.



PSSm

Premiers Secours
en Santé Mentale

france

www.pssmfrance.fr

m.condemine@pssmfrance.fr