

Guingamp. On forme aussi des secouristes en santé mentale

Jeudi 17 et vendredi 18 septembre 2020, Nathalie Guillou dispensait sa cinquième formation Premiers secours en santé mentale, à Guingamp (Côtes-d'Armor). Voici quatre objectifs visés par cette formation pour laquelle de nouvelles sessions sont d'ores et déjà programmées.



Les secouristes en santé mentale ont à cœur de repérer les personnes en situation de souffrance pour les accompagner vers des professionnels de santé. | ARCHIVES QUEST-FRANCE

 Ouest-France
Fabienne MENGUY.

Publié le 22/09/2020 à 08h01

Former des secouristes en santé mentale. C'est ce que propose Nathalie Guillou depuis quelques mois déjà. Voici quatre objectifs majeurs ciblés lors des sessions qu'elle propose à Guingamp, mais aussi bien au-delà.

ABONNEZ-VOUS



ÉCOUTER



LIRE PLUS TARD

Newsletter La Matinale

Chaque matin, l'actualité
du jour sélectionnée par
Ouest-France

 Votre e-mail

OK

Votre e-mail est collecté par le
Groupe SIPA Ouest-France pour
recevoir nos actualités.

[En savoir plus.](#)

Partagez



FACEBOOK



TWITTER



FLIPBOARD



MESSENGER



LINKEDIN



EMAIL

Mettre des mots sur les maux

Dès lors qu'on évoque premiers secours, on pense massage cardiaque, position latérale de sécurité, etc. Autant de gestes qui ne sont pas enseignés lors des formations de Premiers secours en santé mentale (PSSM). Et pourtant, « **Ne pas venir au secours de personnes en détresse mentale, c'est aussi de la non-assistance à personne en danger !** », lance Nathalie Guillou, la formatrice.

« Dans un premier temps, les stagiaires acquièrent des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale, pose-t-elle. Il s'agit de mettre les bons mots sur les divers maux : dépression, anxiété, psychose, pensée et comportement suicidaire. Le secouriste doit être à même d'identifier les différents types de troubles ou crises. » Une première étape indispensable pour aborder la phase dédiée au repérage des troubles ou crises mentales.



Nathalie Guillou multiplie les formations de premiers secours en santé mentale. | OUEST-FRANCE

Repérer les signes précurseurs d'une crise

« Cette formation nous donne des outils pour détecter les signes précurseurs d'une crise, expliquent les stagiaires. À nous ensuite, d'amener les personnes en souffrance à accepter un accompagnement. » Établir un plan d'actions, adopter le ton juste, « sans avoir l'impression d'être intrusif », sont autant de clés que Nathalie Guillou procure à chacun.

« Il est souvent difficile de savoir ce que l'on peut dire ou ce que l'on peut faire quand on constate qu'une personne, voire un proche, ne va pas bien. On a peur d'être maladroit, glisse une participante. Cette formation nous donne les moyens d'agir et légitime notre intervention. »

Ne pas se substituer aux professionnels de santé

« On nous donne des pistes pour mettre en œuvre des premiers soins d'urgence, remarque un stagiaire. Nous apprenons aussi beaucoup en travaillant sur des cas concrets, en nous prêtant à des mises en situation, en regardant des vidéos et en échangeant entre nous. »

Mais, Nathalie Guillou le rappelle : « le secouriste ne doit pas se substituer au professionnel de santé. Son objectif est de repérer, puis accompagner la personne en souffrance vers les ressources existantes ». Un savoir être et un savoir-faire parfaitement détaillés dans le manuel PSSM France remis lors des sessions. « Cela permet d'acquérir des compétences lorsqu'une personne commence à présenter des troubles psychiques, une aggravation d'un trouble ou une crise, en attendant le relais par les professionnels », rapporte la formatrice.

Lever les tabous liés à la santé mentale

« Les idées préconçues, les contre-vérités en matière de troubles mentaux sont nombreuses, soulignent les stagiaires. Cette formation lève aussi pas mal de tabous. »

Les stagiaires, issus de divers milieux professionnels (social, enseignement, aide à la personne, ou tabacologue), reconnaissent avoir beaucoup appris durant ces deux journées. Certains expriment même l'envie de dispenser à leur tour « **cette formation, provenant d'Australie et adaptée par l'association PSSM France, est ouverte à tout public. On peut la réaliser à titre personnel, en formation interne ou dans le cadre de la formation continue** », précise Nathalie Guillou.

Contact : naguillou@sfr.fr ou tél. 06 24 40 30 39.

#Guingamp

#Santé