

Il forme aux premiers secours en santé mentale

Depuis 2018 sont développées, en France, des formations aux premiers secours en santé mentale. Philippe Van Melle fait partie des cinq formateurs installés en Dordogne et agréés pour dispenser des formations.

Sophie Alary
redactionidl@dordogne.com

Sur le même modèle que la formation aux premiers secours et aux gestes d'urgence, le programme de formation aux premiers secours en santé mentale est né en Australie, il y a une vingtaine d'années, et s'est développé depuis un peu partout dans le monde, notamment dans les pays anglo-saxons. Il s'agit de former parmi les citoyens mais aussi dans les entreprises, les administrations et tout autre type d'organisations, des personnes mieux à même de repérer les troubles en santé mentale, comme la dépression, l'anxiété ou la psychose, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles et d'encourager à aller vers les professionnels adéquats.

750 000 personnes formées d'ici 2030 ?

En France, l'association Premiers secours en santé mentale (PSSM) a obtenu en 2018 une licence pour développer sur tout le territoire le programme australien : près de 60 000 personnes ont déjà été formées, indiquait le ministère de la Santé en juin dernier. Et le gouvernement vise le nombre de 750 000 personnes formées en 2030. On compte aujourd'hui plusieurs centaines de formateurs accrédités par PPSSM, mais il n'y en a que cinq installés dans le département de la Dordogne. Philippe Van Melle est l'un d'entre eux. Il a longtemps travaillé dans le secteur médico-social, notamment autour de la problématique des addictions, ce qui l'a rendu particulièrement sensible à la souffrance psychique.

« Les troubles psychotiques touchent 2 à 3 % de la population en France, et il faut 8 à 10 ans pour faire un diagnostic de bipolarité ou de schizophrénie, c'est un enjeu majeur de santé public », explique Philippe Van Melle. Le dernier ba-



Philippe Van Melle est formateur aux premiers secours en santé mentale.
Photo Jean-Baptiste Marty

romètre Malakoff-Humanis de l'absentéisme indique de son côté que 32 % des arrêts de travail longs sont dus à des troubles psychologiques. Mais « la santé mentale n'est pas la psychiatrie », insiste le formateur. « Dans beaucoup de situations, le fait d'être à l'écoute, dans le respect et la bienveillance, permet déjà de libérer la parole voire de désamorcer des crises à venir » et aussi d'orienter au mieux les personnes dans l'offre de soins.

“
La santé mentale n'est pas la psychiatrie.”

Car les solutions existent, à commencer par les numéros d'urgence. « On ne sait pas assez qu'on peut composer le 3114, le numéro national de prévention du suicide, et qu'on aura au bout du fil quelqu'un qui saura aider et qui même enverra le SAMU si nécessaire ».

Déstigmatiser et mieux comprendre

La formation aux premiers secours en santé mentale permet de lever des idées fausses, des jugements et des représentations sur des maladies encore trop souvent stigmatisées, et aussi d'encourager les personnes en souffrance à se confier. « Faire état de ses problématiques psychiques, c'est montrer sa fragilité : si je dis à quelqu'un que j'entends des voix, qu'est-ce qui va m'arriver ? », poursuit Philippe Van Melle. Durant la formation, il s'appuie sur de nombreux supports vidéo et utilise des mises en situation pour mieux faire comprendre les spécificités des troubles psychiques.

Pour l'instant, Philippe Van Melle travaille beaucoup avec le monde associatif mais les administrations et les entreprises sont de plus en plus désireuses de se former, comme la Ligue de l'Enseignement avec qui il a récemment travaillé. Dans une circulaire publiée en février 2022, le gouvernement incite les agents de la fonction publique à se former aux premiers secours en santé mentale, et PSSM est en discussion avec le Centre National de la Fonction Publique Territoriale (CNFPT) pour faciliter la formation des agents territoriaux. Le formateur met l'accent sur la formation nécessaire auprès du grand public « je pense par exemple aux commerçants qui côtoient tous les jours des personnes sans-abri ou aux bénévoles dans les associations ».

Sur le plan pratique

Le calendrier des formations pour chaque région est sur le site de PSSM : www.pssmfrance.fr. Concernant la Dordogne, on peut se renseigner en écrivant un email à contactna@santementalefrance.fr (chaque formateur accrédité le recevra), et la liste des formateurs est aussi sur le site de PSSM. Le tarif pour une inscription individuelle à la formation de secouriste est de 250 euros. Cette formation est financable par des opérateurs de compétences (OPCO) et peut entrer dans le plan de développement des compétences réalisé par l'employeur (groupes de 12 à 16 personnes). PSSM France a entamé les démarches requises pour être éligible au compte personnel de formation (CPF).