



Dépêche n° 732710

Social / RH - Ressources humaines

Par: Diane Scherer - Publiée le 13/06/2025 à 10h53

[Lien dépêche](#)

🕒 5 min de lecture

A usage unique de : **Christine LEDIEU**

Secouriste en santé mentale : une formation qui permet "d'oser apporter les premiers secours" à un collègue

De plus en plus de salariés se forment aux premiers secours en santé mentale. La formation, "citoyenne", peut aussi être menée à titre personnel. En France, près de 210 000 personnes ont suivi la formation accréditée par l'association PSSM France (1). AEF info est allé à la rencontre de deux stagiaires, formés à Nantes les 19 et 20 mai 2025 par le cabinet 1 Quai des compétences. Elsa Busnel, qui a suivi la formation, estime qu'elle est désormais capable d'identifier des situations de troubles psychiques, "et pas seulement en situation de crise", et se sent surtout "prête à intervenir".

Le ministre de la Santé, Yannick Neuder, vient de présenter son plan "Santé mentale et psychiatrie" ([lire sur AEF info](#)), qui prévoit de "massifier la formation au secourisme en santé mentale" ([lire sur AEF info](#)). Celle-ci permet "d'acquérir des réflexes concrets : repérer les premiers signes de souffrance, écouter avec bienveillance, désamorcer une situation de crise, orienter vers les ressources appropriées", détaille le dossier de presse daté du 11 juin 2025. L'objectif du gouvernement est de former 300 000 secouristes en santé mentale d'ici 2027.

Une démarche volontaire

En effet, "40 % des absences pour maladie sont liées à des problèmes de santé mentale en France", rappelle Muriel Vidalenc, présidente de PSSM France. Un chiffre qui interpelle, et qui a déjà poussé un certain nombre d'entreprises à s'interroger sur la question de la santé mentale. Proposer la formation de PSSM (premiers secours en santé mentale) à ses salariés fait partie des réponses possibles. Axa France, par exemple, compte environ 350 secouristes PSSM. D'autres entreprises, comme Erborian, SNCF, Pernod Ricard, Ikea, Canal+, Maison Ladurée ou Les restos du cœur, se sont aussi lancées dans la démarche.

"On insiste cependant sur le fait qu'il s'agit d'une démarche volontaire", précise à AEF info Caroline Jeanpierre, directrice de PSSM France. "Par ailleurs, former des secouristes ne va pas faire baisser d'un coup de baguette magique les arrêts maladie. Notre objectif, c'est d'abord de faire reculer l'ignorance sur la santé mentale, et de donner confiance aux secouristes, pour qu'ils osent intervenir, qu'ils sachent quoi faire. Dans certains cas, cela permettra aux personnes malades d'être soignées plus tôt, et c'est une sacrée chance en termes de perspective de rétablissement !".

UNE FORMATION DE quatorze heures

François Plusquellec, technicien chez Engie, s'est vu proposer cette formation par sa direction. En tant que délégué syndical, il s'est senti concerné et a accepté. La formation de quatorze heures s'est déroulée en deux jours, les 19 et 20 mai, et a été organisée par le cabinet 1 Quai des compétences, à Nantes (Loire-Atlantique). "Un des salariés de l'agence dans laquelle je travaille s'est suicidé il y a quelques mois. Je ne le connaissais pas, et je n'étais pas amené à le côtoyer, mais je me suis demandé si, en ayant suivi la formation, j'aurais pu faire quelque chose."

Pour Elsa Busnel, coach et consultante en bilan de compétences, qui a participé à la même session de formation, la démarche était individuelle. "J'ai été longtemps secouriste physique à la Croix Rouge, et quand j'ai appris l'existence de cette formation de secouriste en santé mentale, j'ai décidé de m'inscrire. Je l'ai fait à la fois pour ma vie personnelle et ma vie professionnelle. Avec mon métier, je suis amenée à accompagner des personnes en transition, qui se questionnent. Je pense que ça me sera très utile", indique-t-elle.

La session de formation à laquelle ils ont tous deux participé accueillait également deux responsables RH, une personne chargée de la prévention des risques dans son entreprise, et quatre collaborateurs d'une structure d'accueil social. Huit participants au total, formés pendant deux jours par Marie Desbois, consultante en management des organisations et formatrice PSSM au sein du cabinet 1 Quai des compétences.

QUATRE TROUBLES ABORDÉS DURANT LA FORMATION

"La formation permet d'abord de donner des informations sur la santé mentale en France : facteurs de risque, statistiques, conséquences", explique la formatrice. "On aborde ensuite la question des interventions, avec la méthode Aérer : approcher, écouter, réconforter, encourager et renseigner. On présente quatre troubles : dépressifs, anxieux, psychotiques, troubles liés à l'utilisation de substances. Pour chacun de ces troubles, on étudie les signes, les symptômes, et on décrit le plan d'action à mettre en place, y compris en cas de crise", détaille-t-elle.

La formation, qui inclut des vidéos, des échanges, et des exercices pratiques, a été jugée par les stagiaires "très intéressante", "impactante", "mais dense". "Le support de formation est un peu épais, et pas très facile d'accès, illustre Elsa Busnel, mais dans l'ensemble, le bilan de ces deux journées est très positif." François Plusquellec est plus mesuré : "c'est un peu comme une formation aux premiers secours classique, on se sent prêt sur le moment, mais on n'est pas sûr d'y arriver dans une situation réelle".

"ON NE FORME PAS DES PSYCHOLOGUES !"

Pour Marie Desbois, l'objectif est avant tout de "dé-stigmatiser le sujet des troubles de santé mentale". "On ne forme pas des psychologues ! L'objectif est de repérer des signes de souffrance, d'approcher la personne concernée et de l'encourager à aller voir un professionnel". Elsa Busnel s'en sent aujourd'hui capable : "Je sais désormais mettre des mots sur des situations vécues, ou observées, d'un peu plus loin. Et le plan d'action qu'on nous apprend à mettre en place est clair. Je me sens capable d'identifier des situations de souffrance psychique, et pas seulement lors de crises, et outillée pour intervenir... Et j'oserai le faire, car je mettrai en œuvre des méthodes qui ont été testées et validées".

François Plusquellec estime de son côté que les approches proposées nécessitent "beaucoup d'interactions entre les salariés", ce qui n'est pas forcément le cas dans l'organisation de son agence. "La santé mentale des salariés, ça passe aussi par un dialogue avec la direction, une réflexion sur l'organisation du travail, la lutte contre le harcèlement...", ajoute-t-il. La directrice de PSSM France, Caroline Jeanpierre, explique de son côté que "dans la sphère professionnelle, il faut trouver le juste équilibre, ne pas être trop intrusif, et surtout de pas juger, ni la personne malade, ni l'encadrement, ni les soignants".

rendre la formation éligible au cpf

Depuis 2019, année de mise en place de la formation PSSM en France, 209 500 personnes ont été formées, et 1 906 formateurs accrédités. "L'objectif à 2030 est d'atteindre 750 000 secouristes formés", précise Caroline Jeanpierre. "Aujourd'hui, 80 % des personnes formées sont des femmes. Et plus de la moitié des secouristes viennent des secteurs de la santé ou de l'action sociale."

PSSM France a déposé un dossier pour rendre la formation éligible au CPF (le tarif recommandé est de 250 euros), et devrait avoir une réponse dans les mois qui viennent. Des prises en charge par les Opcos sont possibles.

AEF info est un **groupe de presse professionnelle numérique et organisateur d'évènements**. AEF info produit tous les jours une information de haute qualité qui mobilise une équipe de **80 journalistes** spécialisés permanents à Paris et en régions.

C'est un outil de travail, d'aide à la décision, d'information et de documentation utilisé tous les jours par plus de **20 000 professionnels et 2 000 organisations abonnées** (médias, institutions, collectivités territoriales, entreprises, fédérations, syndicats, associations).

5 SERVICES D'INFORMATION, 18 DOMAINES ET 2 HEBDOS

Les cinq services d'information spécialisés d'AEF info diffusent (Social RH, Enseignement Recherche, Développement durable, Habitat & urbanisme, Sécurité Globale) à leurs abonnés un service d'information continue par courrier électronique et via l'application mobile. Être abonné à ces services, c'est avoir l'assurance d'être informé rapidement, précisément et objectivement des faits essentiels.

[Cliquez ici pour tester gratuitement les services d'information AEF info](#)
