



Premiers secours psychologiques



Ce cours de premiers secours psychologique vise à aider les participants à mieux comprendre les effets du stress, de la perte et du deuil sur les autres, tout en apprenant à mieux veiller à leur propre bien-être et à leur protection personnelle. Ils découvriront comment le cycle « Observer, Écouter, Accompagner, Vivre », un outil favorisant la résilience et le bien-être émotionnel, psychologique et social, permet de composer avec divers types de stress et d'aider les autres dans leur gestion du stress. Fondé sur des données probantes reconnues à l'échelle mondiale, le cours mise principalement sur l'apprentissage par l'étude de cas.

Public cible

Ce cours peut être adapté à tous les groupes (jeunes, milieux de travail, intervenants professionnels)

Durée

En classe : 7 à 12 heures

(selon l'expérience des participants)

Formateur

Moniteur de premiers secours psychologiques

Préalables

- Être âgé de 18 ans ou plus (recommandé)
- Cours en ligne de premiers secours psychologiques :
Prendre soin de soi et Prendre soin des autres (recommandés)

Critères de réussite

Participer à la totalité du cours en classe, d'une durée de 7 à 12 heures, et réussir la formation. Le cours en classe ne comporte aucune évaluation.

Certification

Certificat en premiers secours psychologiques, valide pendant trois ans.

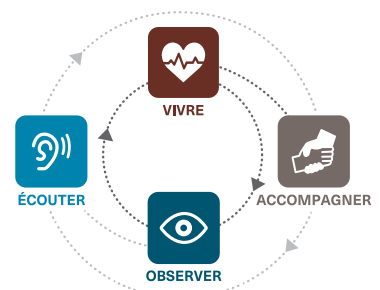
Contenu du cours

Au fil d'études de cas et de discussions qui tiennent compte de l'expérience préalable des participants, le cours aborde les thèmes suivants :

- Introduction à la Croix-Rouge
- Études de cas
- Premiers secours psychologiques
- Principes directeurs
- Stress et détresse
- Perte et deuil
- Traumatisme
- Signes
- Populations vulnérables
- Modèle de communication positive
- Observer, Écouter, Accompagner, Vivre
- Résilience et facteurs de protection
- Protection
- Lois et politiques
- Prendre soin de soi

Matériel du participant

- *Premiers secours psychologiques – Cahier d'exercices* (version papier)
- Cartes du cycle « Observer, Écouter, Accompagner, Vivre »



Secourisme Croix-Rouge. Notre expérience fait la différence.

1 877 356-3226 | croixrouge.ca/secourisme | croixrouge.ca/apps