Cours N° 05 :

Conditions d'intervention et principes fondamentaux des premiers secours psychologiques (PSP)

1-Conditions d'intervention et principes fondamentaux des premiers secours psychologiques (PSP)

1-1-La communication avec les personnes en situation de détresse

La manière d'établir une communication avec une personne en situation de détresse joue un rôle essentiel dans l'intervention. En adoptant une attitude calme et compréhensive, l'intervenant contribue à renforcer chez la personne le sentiment de sécurité, d'écoute et de respect, tout en lui montrant qu'elle bénéficie d'une attention appropriée.

Il est important de manifester simplement sa présence auprès de la personne et de lui faire savoir qu'une disponibilité à l'écoute lui est offerte si elle éprouve le besoin de s'exprimer. Il est également possible de lui proposer une assistance pratique, comme de la nourriture ou un verre d'eau.

L'intervenant doit éviter de multiplier les paroles, car le silence occupe également une place importante dans la communication. Accorder quelques instants de silence permet à la personne de disposer d'un espace d'apaisement et de prendre le temps d'exprimer ses émotions, si elle le souhaite.

Une communication adaptée nécessite aussi une attention particulière aux moyens d'expression verbaux et non verbaux. Cela concerne notamment le choix des mots, les expressions faciales, le regard, les gestes ainsi que la posture corporelle adoptée pendant l'échange, y compris la manière de s'asseoir ou de se positionner face à la personne.

Par ailleurs, les comportements considérés comme respectueux peuvent varier d'une culture à une autre. Il convient donc d'adapter sa manière de s'exprimer et d'agir en tenant compte des particularités culturelles, de l'âge, du sexe, des traditions et des croyances religieuses de la personne accompagnée.

1-2-La préparation de l'intervention et la collecte des informations sur la situation

Avant de se rendre sur le terrain où se déroule une situation de crise, il est recommandé de recueillir, dans la mesure du possible, des renseignements précis sur les circonstances et les caractéristiques de l'événement.

Cette préparation permet d'organiser l'intervention de manière plus efficace, d'adapter les premiers secours psychologiques aux besoins des personnes affectées et de mieux anticiper les éventuels risques auxquels l'intervenant pourrait être exposé.

AVANT D'ALLER SUR UN TERRAIN DE CRISE, RENSEIGNEZ- VOUS SUR CE QUI SUIT : Questions importantes :	
La situation de crise	• Que s'est il passé ? • Quand et où ceci s'est il passé ? • Combien de personnes sont susceptibles d'être affectées et qui sont elles ?
Services et soutiens disponibles	• Qui répond aux besoins essentiels, comme les soins médicaux d'urgence, la nourriture, l'eau, les abris ou la recherche des familles ? • Où et comment les personnes peuvent elles accéder à ces services ? • Qui d'autre apporte une aide ? Les membres de la communauté participent ils à l'intervention ?
Questions de sécurité	• La situation de crise est-elle terminée ou est elle en cours, comme dans le cas de réplique sismique ou de conflit permanent ? • Quels sont les dangers qui peuvent exister dans le secteur, par exemple la présence de groupes rebelles, de mines terrestres ou de infrastructures endommagées ? • Y a-t-il des zones à éviter en raison de l'insécurité (par exemple, en raison de risques physiques évidents) ou parce que vous n'êtes pas autorisé à y entrer ?

1-3-Les trois principes fondamentaux de l'intervention : observer, écouter et mettre en contact

L'application des premiers secours psychologiques s'articule autour de trois principes d'action essentiels : l'observation, l'écoute et la mise en contact.

Ces trois démarches constituent des repères permettant d'appréhender les situations de crise et d'intervenir dans des conditions de sécurité appropriées. Elles permettent notamment d'entrer en relation avec les personnes en détresse, de repérer et de comprendre leurs besoins, de leur transmettre les informations nécessaires et de les orienter vers les réseaux de soutien et les structures disponibles susceptibles de leur fournir une assistance concrète.

OBSERVER	• Assurez-vous de la sécurité • Identifiez les personnes ayant clairement des besoins essentiels urgents • Identifiez les personnes les plus en détresse.
ÉCOUTER	• Abordez les personnes qui peuvent avoir besoin de soutien. • Demandez-leur quels sont leurs besoins et leurs préoccupations. • Écoutez les personnes, et aidez-les à se calmer.
METTRE EN CONTACT	• Aidez les personnes à répondre à leurs besoins essentiels et à accéder aux services existants. • Aidez les personnes à gérer les problèmes qu'elles rencontrent. • Transmettez des informations. • Mettez les personnes en contact avec leurs proches et avec un soutien social.

Précaution concernant la sécurité de l'intervenant :

Lorsque les conditions de sécurité sur le lieu de la crise ne sont pas garanties, il est préférable de ne pas s'y rendre. Il convient alors de rechercher d'autres moyens de mobiliser une

assistance en faveur des personnes qui en ont besoin. Lorsque cela est possible, le contact avec les personnes en détresse peut être établi à distance.

1-4-L'identification des personnes vulnérables et l'adaptation de l'accompagnement

Certaines catégories de personnes peuvent présenter une vulnérabilité particulière face aux situations de crise et nécessiter, de ce fait, une attention et une assistance spécifiques. Parmi elles figurent notamment :

- Les enfants et les adolescents ;
- Les personnes présentant des problèmes de santé ou vivant avec un handicap ;
- Les personnes exposées à des situations de discrimination ou à des actes de violence.

Il convient néanmoins de rappeler que chaque individu possède des ressources et des capacités personnelles lui permettant de faire face aux difficultés, y compris les personnes considérées comme vulnérables.

L'accompagnement doit donc viser à soutenir ces personnes dans la mobilisation de leurs propres ressources et dans l'utilisation des stratégies personnelles dont elles disposent pour surmonter les situations difficiles.