

RESSOURCE 11 : FICHE SUR LES PSP

Les premiers secours psychologiques : Guide de poche

EN QUOI CONSISTENT LES PSP ?

On décrit les premiers secours psychologiques (PSP) comme étant une aide à la fois humaine et soutenante apportée à une personne qui souffre et qui peut avoir besoin de soutien.






Apporter des PSP de manière responsable, cela veut dire :

1. Respecter la sécurité, la dignité et les droits.
2. Adapter ce que l'on fait pour prendre en compte la culture de la personne.
3. Savoir quelles sont les autres mesures d'intervention d'urgence.
4. Prendre soin de soi.

- PREPAREZ-VOUS**
- » Renseignez-vous sur la situation de crise.
 - » Renseignez-vous sur les services et les soutiens disponibles.
 - » Renseignez-vous sur les questions de sécurité.

LES PRINCIPES D'ACTION DES PSP

- | | | |
|--------------------------|--|---|
| OBSERVER | <ul style="list-style-type: none">» Assurez-vous de la sécurité.» Identifiez les personnes ayant clairement des besoins essentiels urgents.» Identifiez les personnes en profonde détresse. |  |
| ÉCOUTER | <ul style="list-style-type: none">» 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 | <ul style="list-style-type: none">» Aidez les personnes à répondre à leurs besoins essentiels et à accéder aux services.» Aidez les personnes à régler leurs problèmes.» Transmettez des informations.» Mettez les personnes en contact avec leurs proches et avec un soutien social. |  |

ETHIQUE :

Voici une liste de conseils sur ce qui est « à faire et à ne pas faire sur le plan éthique » : elle sert à éviter de nuire à la personne, à lui fournir les meilleurs soins possibles et à agir seulement dans son intérêt. Proposez votre aide de la manière la plus appropriée et la plus réconfortante pour ceux qui la reçoivent. Pensez à ce que signifient ces conseils sur le plan éthique, dans votre contexte culturel.

à faire

- » Etre honnête et digne de confiance.
- » Respecter le droit de la personne de prendre ses propres décisions.
- » Connaître et mettre de côté vos préjugés et parti pris.
- » Bien expliquer à la personne que, même si elle refuse d'être aidée, elle pourra toujours avoir accès à cette aide plus tard.
- » Respecter la vie privée de la personne et s'assurer de la confidentialité de son histoire, si cela est approprié.
- » Adopter une attitude appropriée en tenant compte de la culture, de l'âge et du sexe .

à ne pas faire

- » Ne pas exploiter votre relation en tant qu'aidant.
- » Ne jamais demander de l'argent ou un service en échange de l'aide que vous apportez.
- » Ne jamais faire de fausses promesses ni donner de fausses informations.
- » Ne pas exagérer vos compétences.
- » Ne pas imposer votre aide, ne pas insister ni vous imposer.
- » Ne pas obliger quelqu'un à vous raconter son histoire.
- » Ne pas divulguer l'histoire des personnes que vous aidez.
- » Ne pas juger quelqu'un sur ses actes ou ses sentiments.

LES PERSONNES QUI ONT BESOIN DE PLUS QUE DE SEULS PSP :

Certaines personnes auront besoin de plus que de simples PSP. Ayez conscience de vos limites et demandez de l'aide à d'autres personnes capables de fournir une assistance médicale ou autre, pour sauver des vies.

LES PERSONNES AYANT BESOIN D'UN SOUTIEN IMMEDIAT PLUS APPROFONDI :

- » Les personnes victimes de blessures graves et potentiellement mortelles ayant besoin de soins médicaux d'urgence.
- » Des personnes qui sont si bouleversées qu'elles ne peuvent prendre soin ni d'elles-mêmes, ni de leurs enfants.
- » Des personnes qui peuvent se faire du mal.
- » Des personnes qui peuvent faire du mal à autrui.