



REGROUPEMENT DES INFIRMIÈRES ET
INFIRMIERS EN SOINS INTENSIFS DU QUÉBEC

**PAIRS AIDANTS EN PÉRIODE DE STRESS :
ATELIER DE FORMATION EN PREMIERS SOINS PSYCHOLOGIQUES**

Préparé par :

Aislinn Sandre
Julian Menezes
David Sinyor

Le 9 juin, 2021

12h00 à 15h00

CLIENTÈLE

Les infirmières et infirmiers en Soins Intensifs (S.I.)

PRÉ REQUIS

Aucun

DESCRIPTION ET BUT DE LA FORMATION

PS-PFA (Premiers Soins-Psychological First Aid) est une approche fondée sur des données probantes pour soutenir les travailleurs de la santé de première ligne immédiatement après un facteur de stress ou un événement indésirable (Everly, 2020; Everly, McCabe, Semon, Thompson et Links, 2014; Uhernik et Husson, 2009). Cette approche prend ses racines à partir de cinq éléments, en particulier la sécurité, l'apaisement, la connectivité, l'auto-efficacité et l'espoir. À cette fin, PFA vise à réduire la détresse, à promouvoir une communication ouverte, à répondre aux besoins actuels et à promouvoir une adaptation active grâce à la psychoéducation et à l'établissement d'objectifs. Les principes fondamentaux de PS-PFA sont les suivants:

1. Regarder: Accorder toute votre attention; observer les besoins de base urgents; observer les réactions de détresse;
2. Écouter: utiliser l'écoute active et les techniques de base de collecte d'informations pour évaluer les préoccupations et les besoins; se concentrer sur la transmission de l'empathie; fournir une validation et normaliser les réactions de détresse (émotions, pensées et actions); identifier les interventions de manière collaborative qui peuvent soulager une détresse immédiate;
3. Lien: Aider à la résolution de problèmes et / ou identifier un objectif SMART pour améliorer l'adaptation immédiate et à long terme; mettre en œuvre une brève intervention de gestion du stress; reconnaître et connecter les individus à des ressources supplémentaires ou à des services professionnels pour fournir un soutien supplémentaire, si nécessaire.

Le personnel soignant de terrain peut être formé efficacement à cette approche car elle ne repose pas sur une formation approfondie en santé mentale (Chandra et al., 2014; Everly, McCabe, Semon, Thompson et Links, 2014; Everly, Barnett et Links, 2012; Gispen et Wu, 2018; Lane et al., 2018; Van Pelt, 2008). De plus, la PFA peut être particulièrement utile et bénéfique pour le personnel si elle est fournie par un autre pair (Lane et al., 2018; Lavoie, Talbot et Mathieu, 2011). Le but de la formation du personnel de S.I. en PS-PFA, est de leur fournir une stratégie efficace pour prévenir et atténuer la détresse dans l'unité de S.I., en particulier pendant et après la présente pandémie.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Permettre aux participants inscrits à la formation de:

- Démontrer une solide compréhension du stress et de son impact sur la santé mentale, les signes possibles de détresse et les principes et pratiques de soins personnels;
- Décrire les principes de base, les objectifs et les interventions de PFA, et comprendre les rôles, les responsabilités et les limites de la prestation de cette intervention en tant que pair aidant;
- Démontrer une utilisation efficace des compétences et techniques d'intervention pour atténuer la détresse aiguë et favoriser une adaptation active;
- Démontrer sa capacité à identifier les besoins et préoccupations immédiats d'autrui et posséder les connaissances nécessaires pour faciliter l'accès à des ressources de soutien supplémentaires au sein de l'institution, le cas échéant;
- Utiliser les soins personnels et les habiletés d'adaptation actives pour soutenir le bien-être personnel et la résilience en tant que pair aidant;

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Les méthodes pédagogiques privilégiées dans cette formation sont présentation, discussion, exemples vidéo, et jeux de rôle

MATÉRIEL DIDACTIQUE

- Notes de cours
- Présentation audiovisuelle
- ...

MODES D'ÉVALUATION

- Évaluation formative : Questions ouvertes, exercices, ateliers supervisés sur l'examen physique.
- Évaluation sommative : Questionnaire en ligne pour attestation de réussite (UEC)

Objectif général 1 :

À la fin de la formation, le participant sera capable de :

Objectifs spécifiques	Contenu	Méthode	Moyens	Calendrier
Démontrer une solide compréhension du stress et de son impact sur la santé mentale, les signes possibles de détresse et les principes et pratiques de soins personnels			<ul style="list-style-type: none">• Présentation "Power Point"• Discussion/études de cas• Activités de jeux de rôle	
Décrire les principes de base, les objectifs et les interventions de PFA, et comprendre les rôles, les responsabilités et les limites de la prestation de cette intervention, en tant que pair aidant				

Objectifs spécifiques	Contenu	Méthode	Moyens	Calendrier
Démontrer une utilisation efficace des compétences et des techniques d'intervention pour atténuer la détresse aiguë et favoriser une adaptation active;				
Démontrer sa capacité à identifier les besoins et préoccupations immédiats des autres et posséder les connaissances nécessaires pour faciliter l'accès à des ressources de soutien supplémentaires au sein de l'institution, le cas échéant;				

Objectifs spécifiques	Contenu	Méthode	Moyens	Calendrier
Utiliser les soins personnels et les habiletés d'adaptation actives pour soutenir le bien-être personnel et la résilience en tant que pair aidant;				