

# **Règlement de formation**

## **Formation complète de soutien psychosocial pour les Pairs et les Care- Givers**

**Session 2022 – 2023**

## TABLE DES MATIERES

Chapitre 1 : DEFINITIONS .....	3
1.1 - Notion de soutien psychosocial et spirituel.....	3
1.2 - Principes.....	4
1.3 - Système de soutien par les pairs : .....	4
1.4 - Forces d'intervention : .....	5
1.5 - Formateurs : .....	5
Chapitre 2 : STANDARDS DE FORMATION POUR LES PAIRS .....	5
2.1 - Public cible : .....	5
2.2 - Aptitudes requises : .....	6
2.3 - Objectifs de la formation : .....	6
2.4 - Contenu de la formation : .....	7
2.5 – Déroulement et durée : .....	7
2.6 - Attestation de cours & Certificat de formation. ....	8
Chapitre 3 : ORGANISATION ET CONTENUS DETAILLES DE LA FORMATION.....	9

## REGLEMENT

### Régissant la formation dispensée par le CRSP

#### Chapitre 1 : DEFINITIONS

##### 1.1 - Notion de soutien psychosocial et spirituel :

Conformément aux directives du Réseau National d'Aide Psychologique d'Urgence (RNAPU), la psychologie d'urgence correspond au soutien psychosocial et spirituel immédiat et post-immédiat. Il recouvre l'ensemble des mesures visant à accueillir, entourer et orienter les personnes victimes comme les membres des forces d'intervention impliqués dans un événement potentiellement traumatisant ainsi que ses suites.

Le soutien psychosocial et spirituel s'appuie sur l'idée selon laquelle les personnes impliquées ne sont pas malades, que leurs réactions sont a priori naturelles et utiles. Dans ce sens, elle vise à mobiliser les ressources des personnes touchées en priorité, puis celles de leurs proches ou leurs réseaux socio-professionnels.

##### 1.1.1 - Les Care givers (membres de Care Team)

Les care givers sont des personnes formées au soutien psychosocial d'urgence des personnes impliquées dans des événements potentiellement traumatisants, auxquelles ils

- Offrent un soutien émotionnel et pratique et qu'ils
- Aiguillent au besoin vers une aide professionnelle.

Subordonnés à une direction opérationnelle, les care givers sont accompagnés et soutenus dans leurs activités par des spécialistes justifiant de qualifications complémentaires en psychologie d'urgence. Les care givers ne s'occupent pas des forces d'intervention, ceci constituant la tâche ces pairs.

##### 1.1.2 - Les Pairs (membres d'équipe de soutien par les pairs)

Les pairs sont des membres des forces d'intervention ou de corps professionnels à risque qui ont suivi une formation en soutien psychosocial d'urgence. Ils informent leurs collègues sur les suites possibles d'engagements potentiellement traumatisants et leur enseignent les méthodes et les techniques de gestion du stress.

Par leurs interventions, les pairs tentent de maintenir ou de rétablir la capacité d'engagement de leurs collègues pendant et après un événement potentiellement traumatisant.

Ils visent la mobilisation des ressources individuelles, l'accroissement du soutien entre collègues et le maintien de la confiance envers l'institution.

##### 1.1.3 - Les spécialistes justifiant de qualifications complémentaires en psychologie d'urgence

Les spécialistes (médecins, psychologues, théologiens, infirmiers en psychiatrie) justifiant de qualifications complémentaires en psychologie d'urgence et formés à la coordination d'intervention de soutien immédiat dans des situations macro-sociales.

Leur formation les prépare aux activités suivantes :

- Direction technique et formation des care givers et des membres des care teams ;
- Direction technique et formation des pairs ;
- Intervention relevant de leur domaine de spécialité (prévention primaire et secondaire) ;
- Repérage des personnes particulièrement menacées («screening »)
- Reconnaissance des besoins individuels d'assistance ;
- Conseil et soutien pour élaborer des modèles d'intervention d'aide psychologique d'urgence.

## 1.2 - Principes

- le respect de la dignité humaine, de la liberté individuelle et des valeurs individuelles comme collectives ;
- après un événement éprouvant, chacun doit pouvoir recevoir une aide psychologique adaptée à ses besoins, indépendamment de son sexe, de son âge, de sa nationalité ou de son appartenance religieuse ;
- les personnes touchées / impliquées doivent retrouver le plus rapidement possible leur autonomie dans la vie courante ;
- une aide psychologique d'urgence ciblée vise à redonner aux personnes touchées le sentiment qu'elles sont responsables d'elles-mêmes ;
- l'aide psychologique est dispensée de manière interprofessionnelle, interconfessionnelle et en tenant compte des règles en vigueur dans des organisations partenaires comme la police ou les sapeurs-pompiers ;
- l'aide psychologique d'urgence ne doit pas servir de plate-forme pour le recrutement de patients ou de membres (pour des associations ou des groupements religieux).

## 1.3 - Système de soutien par les Pairs :

Un système de soutien par les pairs consiste en une équipe d'assistance organisée et exerçant son mandat de prestations dans le cadre du soutien psychosocial et psychologique aux membres des forces d'intervention ainsi qu'aux personnes exerçant un métier à risque. L'équipe est active en matière de prévention primaire et secondaire et fournit les contacts pour une prise en charge consécutive, dans le sens d'une prévention tertiaire.

Une équipe de soutien par les pairs comprend au moins :

- un responsable organisationnel ;
- un responsable technique (personne justifiant de qualifications complémentaires en psychologie d'urgence, éventuellement peut cumuler sa fonction avec celle de responsable organisationnel) ;
- un groupe de pairs formés.

Dans les petites équipes de soutien par les pairs, les fonctions de responsable technique et de responsable organisationnel peuvent être occupées par une seule et même personne.

#### **1.4 - Forces d'intervention :**

Les membres des forces d'intervention ayant contribué à la maîtrise d'un événement peuvent avoir vécu des situations traumatisantes.

Il s'agit au sens strict des membres :

- de la police, des sapeurs-pompiers, des services de premiers secours, des services de sauvetage aérien.

Sont également considérées par le RNAPU comme forces d'intervention dans un cadre élargi :

- la protection civile,
- les sociétés de samaritains,
- les colonnes de secours du Club Alpin Suisse (CAS),
- la Société Suisse de Sauvetage (SSS),
- la Société suisse pour chiens de catastrophe (REDOG),
- l'armée, le Corps des gardes-frontière,
- les care teams.

#### **1.5 - Formateurs :**

- Personnes dont les qualifications sont conformes aux exigences RNAPU, membres du CRSP ou vacataires (formateurs externes).

## **Chapitre 2 : STANDARDS DE FORMATION POUR LES PAIRS & LES CARE-GIVERS**

### **2.1 - Public cible :**

Le CRSP s'adresse aux membres des forces d'intervention, en priorité au personnel de la police, des services du feu et des services de premiers secours.

Peuvent également participer aux formations de Pairs :

- Les membres du Corps des gardes-frontière, des samaritains, de la protection civile et de l'armée par exemple.
- Le personnel d'entreprise dont l'activité professionnelle les expose à des situations potentiellement traumatisantes comme par exemple : les conducteurs de train - le personnel hospitalier – les organisations intervenant dans des zones à risque (CICR – MSF – etc.).

Peuvent également participer aux formations:

- En tant que Care givers : le personnel d'entreprise pour autant que l'entreprise dispose ou prévoit de mettre en place une structure d'aide psychologique d'urgence pour ses employés.
- En tant que futurs spécialistes (selon standard RNAPU) : pour autant que la formation soit validée et/ou complétée auprès d'une organisation d'instruction certifiée RNAPU pour spécialistes justifiant de qualifications complémentaires en psychologie d'urgence

**ou**

- la personne possède déjà un cursus de formation spécifique.

## 2.2 - Aptitudes requises :

Être :

- psychiquement résistant ;
- capable de s'auto-évaluer de manière réaliste et prêt à se remettre en question (intervisions et supervisions) et à se perfectionner (formations continues) ;
- consciencieux, discret et souple ;
- communicatif, capable de travailler en équipe et de faire face de façon constructive aux conflits ;
- connaissant bien son organisation d'intervention et le système de soutien aux pairs ; capable de compréhension empathique et de contrôle de soi (en particulier en matière de gestion de ses attitudes, contre-attitudes, surinvestissement et de limites pour soi et face aux autres).

## 2.3 - Objectifs de la formation :

Au terme de sa formation, l'apprenant devrait :

- connaître et reconnaître les principales réactions potentielles (stress, réactions aiguës aux facteurs de stress, stress aigu, stress cumulatif, épuisement professionnel, état de stress post-traumatique et troubles de l'adaptation) ;
- connaître un modèle (au moins) de soutien psychosocial et spirituel reconnu ;
- être capable de soutenir judicieusement ses collègues en appliquant diverses techniques d'intervention
  - accueil,
  - démobilisation,
  - désamorçage,
  - débriefing,
  - entretien de soutien à séances limitées,
  - suivi et orientation vers un soutien autre,
  - communication adéquate (techniques d'entretien et de soutien) ;
- être apte à appliquer à lui-même et à ses collègues les techniques de réduction du stress et de les enseigner au sein de son organisation ;
- orienter la direction de son organisation sur les mesures à prendre pour la prévention primaire et secondaire (lors et suite à un événement potentiellement traumatisant) ;
- évaluer l'impact des réactions sur les relations avec la famille, les collègues, la hiérarchie et l'organisation ;
- être capable de se remettre en question et s'impliquer dans des intervisions et des supervisions.

## 2.4 - Contenu de la formation :

La formation comprend :

- les fondements de la communication (écoute active, compréhension empathique, techniques d'entretiens, etc.) ;
- connaissances de base concernant les notions de : stress, réactions aiguës aux facteurs de stress, stress aigu, stress cumulatif, épuisement professionnel, état de stress post-traumatique et troubles de l'adaptation (avec des exercices de reconnaissance des réactions) ;
- connaissance et pratique des techniques d'intervention (accueil, démobilisation, désamorçage, débriefing, entretien de soutien à séances limitées, suivi et orientation vers un soutien autre) exercées à partir de jeux de rôles par exemple ;
- l'accompagnement de la personne à partir de ses propres valeurs, idéologies et croyances et en particulier concernant ses questionnements existentiels (notamment le soutien spirituel) ;
- définition et reconnaissance des émotions, travail avec/sur les émotions (celles de notre interlocuteur comme les nôtres).
- reconnaissance et prise en considération des effets des réactions du professionnel sur ses relations avec sa famille, ses collègues, sa hiérarchie et son organisation ;
- connaissance et pratique des techniques d'auto-protection, hygiène psychologique.

## 2.5 – Déroulement et durée :

2.5.1 - Chaque participant aura préalablement tenu un entretien avec un membre du CRSP. Le CRSP se réserve le droit de refuser des candidatures.

2.5.2 – Ses aptitudes (point 2.2) seront testées et évaluées, en cours de formation. Si nécessaire des feedbacks individuels pourront lui être faits.

2.5.3 - En fin de formation des entretiens individuels et confidentiels seront organisés, pendant lesquels chaque pair recevra les résultats de son évaluation (en fonction des divers points contenus dans « Objectifs de formation -point 2.3 »).

2.5.4 - La durée de formation est de 90 heures plus un forfait de 30 heures (**total 120 h**) pour le travail écrit, la préparation de la présentation orale, les lectures et préparation de cours obligatoires, les entretiens individuels. Elle est répartie sur deux ans au maximum. Il est impératif d'avoir participé au 80% de la formation. Des exceptions pouvant toutefois être accordées. Celles-ci impliquent alors de suivre un module équivalent en temps de ce qui manque au 100%. Ce module peut être effectué dans un autre cadre, lors de congrès, conférences, formations continues ou par un travail écrit, par exemple, mais toujours dans le temps imparti des deux ans.

2.5.5 - Les participants ayant rempli les conditions 2.5.1 à 2.5.4 recevront une attestation de participation à la formation.

2.5.6 - Pour obtenir le certificat de formation, en plus des points 2.5.1 à 2.5.4, les critères suivants devront être remplis :

- Validation du travail écrit
- Validation de la présentation orale.

2.5.7 - L'obtention de l'attestation ou du certificat de formation ne donne pas droit directement à l'entrée dans une cellule de soutien de son organisation (chaque équipe d'assistance étant libre de choisir ses propres critères).

## **2.6 - Attestation de cours & Certificat de formation.**

2.6.1 – Le RNAPU ne certifiant pas individuellement les Pairs et les Care givers, c'est le CRSP, en sa qualité d'organisme de formation reconnu par le RNAPU qui délivre une «certification de la formation en psychologie de l'urgence - Soutien psychosocial et spirituel immédiat et post-immédiat par les pairs OU les care givers» .

2.6.2 - L'attestation de cours fera mention des dates, durée et contenus des cours réellement suivis.

2.6.3 - Le certificat de formation mentionnera les dates, durées et contenus des cours réellement suivis ainsi que les compétences acquises.

2.6.4 - La personne qui se forme comme spécialiste, devra compléter sa formation en suivant les branches manquantes et qui ne sont pas dispensées par le CRSP auprès d'un centre de formation reconnu et entreprendre les démarches auprès du RNAPU pour obtenir la certification.



**Chapitre 3**  
**ORGANISATION ET CONTENU DETAILLE DE LA FORMATION**  
**SESSION Soutien psychosocial par les Pairs et Care-Givers 2021-2022**

*Les dates des cours sont fixes.*  
*Les thèmes et leur ordre chronologique peuvent encore subir des modifications.*

<b>Jour 1 Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 22.09.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accueil, présentation déroulement et organisation de la formation</li> <li>• Introduction générale et échange sur les divers niveaux d'intervention, 1er secours psychologiques, SAFER et defusing.</li> </ul>	4 h
<b>Jour 1 Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 22.09.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniques d'entretien (aide à la parole, écoute active)</li> <li>• Exercices</li> <li>• Structure d'un care-team - bases juridiques</li> </ul>	3,5 h
<b>Jour 2 Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 23.09.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Échange sur les situations internes préparées</li> <li>• Intégration des premiers secours psychologiques et SAFER immédiat.</li> <li>• Exercices</li> </ul>	4 h
<b>Jour 2 Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 23.09.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices</li> </ul>	3,5 h

<b>Jour 3 Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 03.11.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercice stress</li> </ul>	4 h

<b>Jour 3 Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 03.11.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retour de l'exercice</li> <li>• Échange sur la thématique du stress (vidéo, questionnaires, techniques de réduction du stress)</li> </ul>	3,5 h

<b>Jour 4 Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 04.11.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Échange sur la thématique des différents diagnostics.</li> </ul>	4 h

<b>Jour 4 Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 04.11.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les émotions</li> <li>• Exercices : accompagner les émotions</li> </ul>	3,5 h

<b>Jour 5 Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 01.12.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Échange sur les lectures traitant du CISM, débriefing et modèle SAFER.</li> <li>• Exercice sur modèle SAFER</li> </ul>	4 h

<b>Jour 5</b> <b>Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 01.12.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercice sur modèle SAFER</li> <li>• Suivi de la personne et réorientation</li> </ul>	3,5 h

<b>Jour 6</b> <b>Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 02.12.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercice sur modèle Mitchell – Défusing et Débriefing</li> <li>• Exercice débriefing individuel et de groupe.</li> </ul>	4 h

<b>Jour 6</b> <b>Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 02.12.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suite exercice débriefing - Exercices pratiques</li> <li>• Le sens et le but de la supervision</li> </ul>	3,5 h

<b>Jour 7</b> <b>Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 19.01.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Croyances et valeurs : comment accompagner comment faire avec les nôtres</li> <li>• Deuil et mort violente en milieu professionnel</li> </ul>	4 h

<b>Jour 7</b> <b>Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 19.01.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiritualité et soutien spirituel, : comment accompagner la personne</li> </ul>	3,5 h

<b>Jour 8</b> <b>Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 20.01.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Système familial et organisationnel</li> <li>• Dynamique de groupe</li> <li>• Exercices pratiques</li> </ul>	4 h

<b>Jour 8</b> <b>Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 20.01.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exercices accompagnements immédiats, post-immédiats et suivis avec comédiens</li> </ul>	3,5 h
<b>Jour 9</b> <b>Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 02.03.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exercice progressif, en continu, sur deux jours, mise en place et organisation d'une intervention longue avec de nombreuses personnes.</li> <li>Plusieurs exercices à deux, trois personnes, plus et en groupe.</li> </ul>	4 h
<b>Jour 9</b> <b>Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 02.03.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continuité de l'exercice – Bilan intermédiaire</li> </ul>	3,5 h
<b>Jour 10</b> <b>Matin</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 03.03.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continuité de l'exercice</li> </ul>	4 h
<b>Jour 10</b> <b>Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Vendredi 03.03.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>Continuité de l'exercice - Bilan</li> </ul>	3,5 h
<b>Jour 11</b> <b>Matin &amp; Après-midi</b>	<b>THEMES :</b>	<b>durée</b>
Jeudi 02.11.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>1ère journée présentation et évaluation travaux écrits</li> </ul>	7,5 h

Jour 12 Matin & Après-midi	THEMES :	durée
03.11.2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2ème journée présentation et évaluation travaux écrits</li> </ul>	7,5 h

	HORS COURS	durée
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entretien individuel d'entrée.</li> <li>• Lectures – préparation cours</li> <li>• Travail écrit</li> <li>• Préparation présentation orale du travail écrit</li> <li>• Entretien - bilan.</li> </ul>	30 h

CRITERES DU TRAVAIL ECRIT		
	<p>Travail de 12 à 15 pages, en caractère Arial, taille 12, écart normal, avec une version papier et une version électronique (envoi Email, CD, clé USB), comprenant les points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 - Développement d'une thématique à choix. <b>Plus</b></li> <li>• 2a - Réflexion sur le fonctionnement et la structure existants ou à créer de votre propre cellule de soutien <b>ou, à choix</b></li> <li>• 2b - Développement d'un cas pratique de soutien psycho-social et spirituel au sein de votre corps constitué / organisme. <b>Plus</b></li> <li>• 3 – Qu'est-ce que cette formation a changé pour vous ? <b>Plus</b></li> <li>• 4 - Quelles sont vos forces et faiblesses dans votre rôle de pairs/care givers ?</li> </ul> <p>Un document précisant les critères d'évaluations, les étapes, les délais et autres informations sera remis en début de formation</p>	

**TOTAL DES HEURES : 120 heures.**

***Les dates des cours sont fixes.  
Les thèmes et leur ordre chronologique peuvent subir des modifications.***