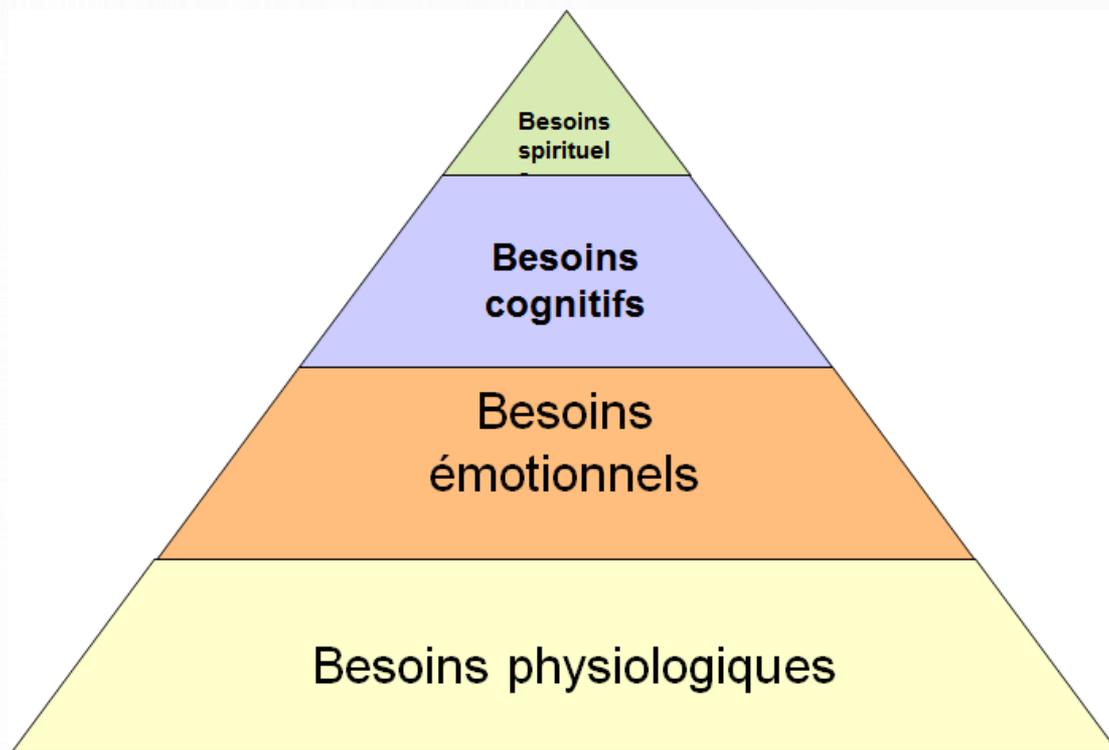


# Gestion du stress relié à un incident critique

Marlène Doepner, travailleuse sociale CEPEO  
et  
Serge Lallier, psychologue CEPEO

# Gestion du Stress relié à un Incident Critique (GSIC)

- Mise en contexte en lien avec les programmes du volet Bien-être et sécurité du CEPEO
- Lien avec l'ÉSPT
- Quelques statistiques
- Concepts clés
- Buts de l'intervention de crise
- La famille des interventions GSIC



# Prévalence ÉSPT - population générale et premiers répondants

Chez la population en général, le taux de prévalence de l'ÉSPT est d'environ 9% alors que chez les premiers répondants, il se situe autour de 15% avec une étendue de variabilité plus grande chez les pompiers.

# Incident critique

Événement tragique d'une ampleur telle qu'il est susceptible d'engendrer une dose importante de **détresse** chez la majorité des individus touchés et d'aller au-delà de leurs **mécanismes habituels d'adaptation.**

L'intervention de crise cible la

**RÉACTION** et non **l'événement** en tant que tel. 

# Bénéfices de l'intervention de crise

- Une intervention psychologique précoce peut réduire la probabilité qu'une personne développe des problèmes plus sérieux d'adaptation, incluant un TSPT.
- Une intervention psychologique précoce peut réduire la détresse aiguë.

# Pré-requis à l'intervention de crise

- La formation, incluant ce qu'on vous donne aujourd'hui au niveau du pré-incident.
- S'en tenir aux protocoles établis d'intervention

# Buts de l'intervention de crise

1. Stabiliser la situation
2. Atténuer les symptômes de stress
3. Favoriser un retour à la normale
4. Faciliter l'accès aux services d'aide si nécessaire.

(d'après Caplan, 1964, *Preventive Psychiatry*)

**Attention !**  
Les interventions  
GSIC  
**ne sont pas** de la  
psychothérapie. Ils  
sont un service de  
support.

# GSIC: deux significations

G – Gestion

G – Globale

S – Stress

S – Systématique

I – Incident

I – Intégrée

C - Critique

C- Composantes multiples

# La famille des interventions GSIC

- Formation/éducation pré-incident
- Évaluation de la situation et des besoins
- Planification stratégique

## Intervention de crise destinée aux grands groupes:

- Démobilisation (session de repos, information et transition auprès des membres des opérations de sauvetage)
- Briefing de gestion de crise (BGC)

# La famille des interventions GSIC

## Intervention de crise destinée aux petits groupes:

- Désamorçage (defusing).
- Débriefing.
- GSIC de famille.
- Suivis individuels et références pour accès à des soins additionnels.

# IMPORTANT!

L'intervention de crise cible la  
**REPONSE** et non **l'événement** en tant que tel.

Ainsi, une évaluation préalable des besoins est requise  
avant d'amorcer l'intervention de crise.

# Principale différence entre le désamorçage et le débriefing

## La ligne de temps

- L'importance de l'homogénéité des groupes pour réduire les risques d'impact adverses, notamment la contamination traumatique
- Lien avec le programme en milieu scolaire où le narratif du trauma se fait sur une base individuelle

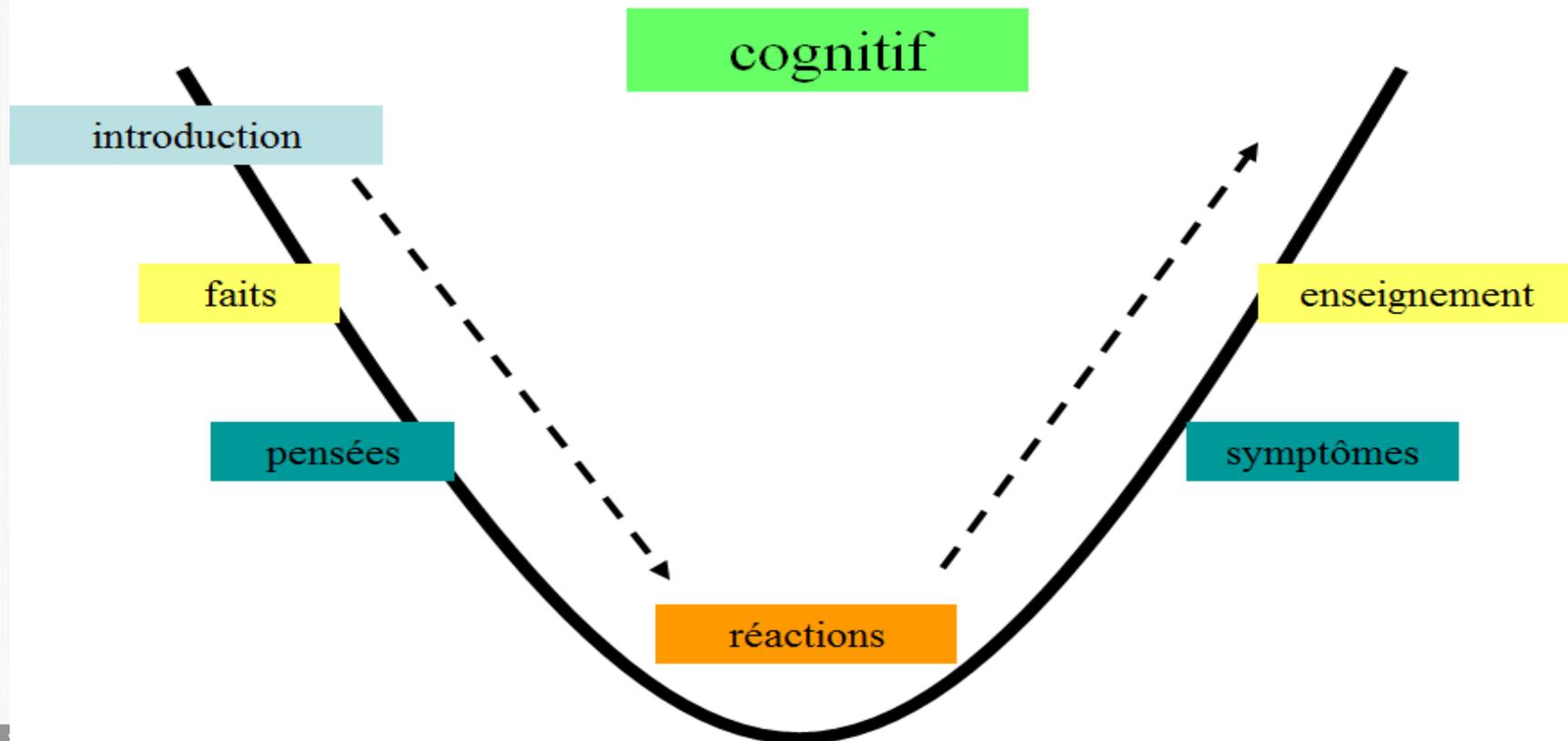
# Débriefing

- Animé par des professionnels de la santé mentale
- Plus de 24 heures (48 à 72 heures après l'incident)
- Petits groupes
- Homogénéité
- Règles de fonctionnement

# Phases du débriefing

- Introduction
- Faits
- Pensées
- Réactions
- Symptômes
- Enseignement
- Le retour à la vie (conclusion)

# Les phases du CISD



# Intervention individuelle

Dans tous les cas, peu importe l'intervention GSIC considérée, une composante d'appui individuelle est disponibles pour tous les participants et participantes.

# Questions? Commentaires?

# Merci!