

Formation

Les premiers secours psychologiques

pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge



MODULE 3

Les Premiers Secours Psychologiques aux enfants

Psychosocial Centre



International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

Formation aux premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge.

Module 3. Les 1ers SP aux enfants

Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge

Centre de Référence pour le soutien psychosocial

Blegdamsvej 27

DK-2100 Copenhagen

Danemark

Téléphone : +45 35 25 92 00

E-mail : psychosocial.centre@ifrc.org

Internet : www.pscentre.org

Facebook : www.facebook.com/Psychosocial.Center

Twitter : @IFRC_PS_Centre

« Premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge » a été développé par le Centre de Référence pour le soutien psychosocial de la FICR.

Il se compose :

- *d'un Guide des premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge*
 - *d'une Brève introduction aux premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge*
 - *d'une Formation aux premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge :*
 - *Module 1. Une introduction aux 1ers SP (4 à 5 heures)*
 - *Module 2. Éléments de base des 1ers SP (8 à 9 heures)*
 - *Module 3. Les 1ers SP aux enfants (8 à 9 heures)*
 - *Module 4. 1ers SP en groupe – Soutien aux équipes (21 heures – trois jours)*
-

Rédacteurs en chef : Louise Vinther-Larsen et Nana Wiedemann

Auteur : Pernille Hansen

Soutien complémentaire : Wendy Ager, Louise Juul Hansen, Mette Munk

Relecteurs : Wendy Ager, Ea Suzanne Akasha, Cecilie Alessandri, Eliza Cheung, Ziga Friberg, Ferdinand Garoff, Louise Juul Hansen, Sarah Harrison, Sara Hedrenius, Elfa Dögg S. Leifsdóttir, Maureen Mooney, Stephen Regel, Gurvinder Singh.

Nous remercions la branche de la Croix-Rouge de Hong Kong de la Société nationale de la Croix-Rouge de Chine pour son soutien généreux dans l'organisation des formations pilotes et pour ses commentaires et observations sur les formations et les supports écrits. Nous souhaitons également remercier les participants à la formation pilote du *Module 4 : 1ers SP en groupes – Soutien aux équipes* qui s'est déroulée à Copenhague en octobre 2018.

Nous voudrions remercier la Croix-Rouge islandaise et DANIDA pour leur financement et leur soutien dans l'élaboration de ces documents.

Les principes « Observer, Écouter et Mettre en contact » évoqués dans ce guide proviennent de : l'Organisation mondiale de la Santé, de la WarTrauma Foundation et de World Vision International (2011). Premiers secours psychologiques : guide pour les acteurs de terrain OMS : Genève.

Ce module de formation a été inspiré et adapté du Manuel de formation aux premiers secours psychologiques de Save the Children Denmark (2013) à l'intention des intervenants auprès des enfants. Save the Children, Copenhague

Production : Pernille Hansen

Design : Michael Mossefin/Paramedia/1 2007

Photo de couverture : Marine Ronzi/Croix-Rouge de Monaco

ISBN : 978-87-92490-57-5

Si vous souhaitez traduire ou adapter tout ou partie des Premiers secours psychologiques pour les Sociétés nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, veuillez contacter le Centre de référence pour le soutien psychosocial de la FICR.

Vos commentaires, réactions et questions sont les bienvenus. Merci de les adresser à : psychosocial.centre@ifrc.org

Le Centre de référence pour le soutien psychosocial de la FICR est situé au siège de la Croix-Rouge danoise

© Centre de Référence pour le soutien psychosocial de la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge

Psychosocial Centre



International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies



MINISTRY OF
FOREIGN AFFAIRS
OF DENMARK
Danida

Sommaire

Introduction	4
Introduction.....	5
Travailler avec les enfants.....	6
Comment utiliser ce manuel ?	7
Préparation de la formation	7
Lieu	8
Mise en place de la salle.....	8
Matériel	8
Autre.....	8
Le programme de formation.....	8

Le programme de formation

10

Le programme de formation	11
Séances de formation.....	12
1. Introduction.....	12
2. Que sont les 1ers SP aux enfants ?	14
3. Événements bouleversants.....	16
4. Réactions des enfants face à des événements bouleversants	17
5. Identifier les enfants et les aidants qui ont besoin de 1ers SP	19
6. « Observer, Écouter, Mettre en contact »	20
7. Communiquer avec les enfants	21
8. Pratiquer les principes « Observer, Écouter, Mettre en contact »	22
9. Élaborer des études de cas	23
10. Le jeu de rôle des 1ers SP	24
11. Réactions complexes	25
12. Prendre soin de soi	27
13. Clôture de l'atelier	29

Annexes

30

Annexe A : Activités de stimulation.....	31
Annexe B : Exemples de plannings de formation	32
Annexe C : Ressources de formation	34
1. Affirmations sur les 1ers SP	34
2. Développement cognitif, émotionnel et social des enfants.....	35
3. Réactions des enfants face à des événements bouleversants	37
4. Fiches « Observer, Écouter, Mettre en contact »	38
5. Sept techniques de communication efficace avec les enfants en situation de détresse.....	39
6. Élaborer des études de cas	44
7. Formulaire de retour d'information sur les jeux de rôle	45
8. Un scénario avec des questions.....	46
Annexe D : Formulaire d'évaluation de la formation.....	47

Introduction



Introduction

Cette formation initie les participants aux premiers secours psychologiques pour les enfants. La formation dure entre huit et neuf heures et peut se dérouler sur une journée longue ou sur une journée et demie. La formation a été conçue à l'intention du personnel et des volontaires qui travaillent dans le domaine du soutien psychosocial auprès des enfants et pour ceux qui apportent des soins et un soutien directement aux enfants et à leurs aidants en détresse, comme les infirmières, les enseignants, les travailleurs sociaux, les intervenants de la santé ou les ambulanciers. Elle vise à permettre aux participants :

- d'en savoir plus sur les réactions des enfants en situation de détresse
- de savoir en quoi consistent les premiers secours psychologiques aux enfants et ce qu'ils ne sont pas
- de comprendre les trois principes d'action « Observer, Écouter, Mettre en contact » en lien avec les enfants
- d'avoir pratiqué les 1ers SP auprès d'un enfant et d'un accompagnant en situation de détresse
- d'identifier les réactions et les situations complexes
- de comprendre l'importance de prendre soin de soi lorsqu'on aide les autres.

Ce module de formation est l'un des quatre portant sur les premiers secours psychologiques. Il accompagne un ensemble de supports sur les 1ers SP. Il inclut un manuel introductif intitulé *Guide des premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge* et un petit livret, *Une brève introduction aux premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge*.

Les quatre modules sont les suivants :

MODULES DE FORMATION				
	1: Introduction aux 1ers SP	2 : Éléments de base des 1ers SP	3 : Les 1ers SP aux enfants	4 : 1ers SP en groupe – Soutien aux équipes
Combien de temps cela prend-il ?	4 à 5 heures	8 heures et demi	8 heures et demi	21 heures (les trois jours)
À qui est destinée la formation ?	Tous les membres du personnel et tous les volontaires de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge	Le personnel et les volontaires ayant déjà des connaissances et de l'expérience dans le soutien psychosocial	Le personnel et les volontaires dont le travail implique des interactions avec les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux	Les responsables ou les autres personnes qui dispensent des soins et apportent leur soutien au personnel et aux volontaires
Sur quoi porte-t-elle ?	Elle introduit les compétences de base en premiers secours psychologiques	Elle introduit les compétences de base en premiers secours psychologiques, et présente un éventail de situations auxquelles les personnes sont confrontés, leurs réactions aux crises, et la manière dont les aidants peuvent répondre de manière appropriée	Elle met l'accent sur les réactions au stress des enfants, et sur les modalités de communication entre enfants, accompagnants et aidants	Elle porte sur les premiers secours psychologiques dispensés à des groupes de personnes ayant vécu ensemble un événement bouleversant, comme les équipes du personnel et des volontaires de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge

Chaque module de formation est indépendant l'un de l'autre, sauf le *Module 4 : Les 1ers SP en groupe – Soutien aux équipes* qui implique d'avoir déjà participé au *Module 2 : Éléments de base des 1ers SP*.

Ce module de formation a été inspiré et adapté du Manuel de formation aux premiers secours psychologiques de Save the Children Denmark (2013) à l'intention des intervenants auprès des enfants, disponible à l'adresse <https://resourcecentre.savethechildren.net>



Travailler avec les enfants

Il est fortement recommandé aux aidants qui fournissent les 1ers SP aux enfants d'être formés et de pouvoir respecter en toute confiance les directives et protocoles de protection de l'enfance du pays et de la Société nationale avec laquelle ils travaillent. Pour plus d'informations sur le module de la plate-forme d'apprentissage de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge sur la protection de l'enfance, voir la programmation à l'adresse suivante : www.ifrc.org.

Les choses À FAIRE et À NE PAS FAIRE lorsque l'on travaille avec des enfants

À FAIRE

- Traiter les enfants avec respect et les reconnaître en tant qu'individus à part entière.
- Écouter les enfants, attacher de la valeur à leurs points de vue et les prendre au sérieux.
- Demander l'autorisation des enfants, de leurs parents ou accompagnants et de la direction de l'école (ou de la structure de prise en charge de l'enfant) avant de prendre des photos ou des vidéos des enfants. Si la permission vous est accordée, veillez à ce que toutes les photos respectent les enfants, que les enfants soient convenablement habillés et qu'ils n'adoptent aucune pose suggestive.
- Ne jamais oublier qu'un contact physique avec un enfant, pour le réconforter par exemple, peut être mal interprété par des observateurs ou par l'enfant.
- Respecter la règle des deux adultes – veillez à ce qu'il y ait toujours deux adultes présents lorsque vous travaillez avec des enfants, et restez visibles des autres si possible.
- Donner des pouvoirs aux enfants en faisant la promotion des droits de l'enfant et en les sensibilisant à ce sujet.
- Discuter des sujets préoccupants et expliquer comment attirer l'attention sur les problèmes.
- Organiser des ateliers de sensibilisation avec les enfants et les adultes pour définir les comportements acceptables et les comportements répréhensibles.
- Identifier et éviter les situations compromettantes ou vulnérables qui pourraient donner lieu à des accusations.
- Signalez tout soupçon concernant des actes ou un comportement répréhensibles d'une autre personne envers des enfants.
- Sachez à qui vous adresser sur votre lieu de travail si vous voulez discuter ou signaler des abus présumés ou avérés.

À NE PAS FAIRE

- Donner aux enfants un autre sujet de discussion s'ils débattent déjà de quelque chose.
- Travailler avec des enfants en sachant que cela pourrait les exposer à un risque ou à un danger - toujours tenir compte de l'intérêt supérieur des enfants.
- Forcer les enfants à participer – la participation doit se faire sur une base volontaire. Essayer d'encourager les enfants qui ne participent pas à participer davantage sans les forcer.
- Diriger les enfants en leur donnant des pistes - laissez-les s'exprimer librement sans imposer votre point de vue.
- Vous placer dans une position où vos actions ou intentions avec les enfants pourraient être contestées.
- Infliger une quelconque punition corporelle, y compris frapper, violenter ou abuser physiquement un enfant.
- Embarrasser, humilier ou rabaisser un enfant, ou le violenter psychologiquement.

Activité adaptée de Terre des Hommes (2008) *Manuel de formation psychosociale et de Save the Children (2007) Child-Led Disaster Risk Reduction: A Practical Guide.*

Le tableau ci-dessous donne des conseils pratiques sur le travail avec les enfants.

Comment utiliser ce manuel ?

Ce module présente un programme de formation aux premiers secours psychologiques de base pour les enfants, qui peut être dispensé en 8,5 heures. Il fait appel à un large éventail de méthodes de formation, notamment des présentations, des discussions actives, des jeux de rôle et des activités de groupe et individuelles.

Faites appel à votre expérience en tant que formateur pour adapter la formation aux besoins des participants avec lesquels vous travaillez. Cela peut impliquer, par exemple, d'adapter le programme de formation (le « moment ») ou certaines des méthodes de formation suggérées pour différentes activités (la « manière »). Cependant, nous vous recommandons de conserver diverses méthodes pour répondre aux besoins de tous les types d'apprenants, et faire en sorte que la formation reste dynamique et intéressante. Nous vous recommandons notamment d'avoir recours aux formes de formation plus actives, telles que le jeu de rôle, car elles facilitent un apprentissage plus efficace.

Les icônes suivantes sont utilisées dans le manuel :

icône	Signification de l'icône
	Durée requise pour une activité
	But de l'activité
	Matériels nécessaires
	Discours de l'animateur
	Notes pour l'animateur
	Diapo PowerPoint

Préparation de la formation

Il est important d'être bien préparé pour que la formation se déroule au mieux. Voici une liste de contrôle des éléments à prendre en compte lors de la préparation.

Lieu

- Accès au site, y compris gare routière ou ferroviaire à proximité, parking, installations sanitaires, etc.
- Température et éclairage appropriés dans la salle de formation avec possibilité d'assombrir la pièce en cas d'utilisation d'un projecteur ou d'un écran

Mise en place de la salle

- Demandez-vous comment aménager la salle pour encourager la participation et favoriser le confort.
- Assurez-vous d'avoir suffisamment d'espace pour effectuer plusieurs jeux de rôle à la fois (par exemple, en petits groupes de participants) ou de salles supplémentaires à l'usage des personnes.
- Installez une horloge visible de tous.

Matériel

- Exemplaires imprimés des documents et des manuels de formation
- Stylos ou crayons
- Tableau blanc ou tableaux à feuilles mobiles avec support
- Marqueurs
- Ordinateur et projecteur, si vous utilisez des diapositives PowerPoint et des vidéos.

Autre

- Prévoyez le planning de la formation.
- Prévoyez des collations, de l'eau, du thé et du café ou des repas si ceux-ci sont prévus.
- Déterminez si vous avez besoin d'un co-formateur ou de quelqu'un pour vous aider à gérer le temps, à organiser les repas, ou pour écrire les points clés des groupes de discussion au tableau ou sur le tableau à feuilles mobiles.
- Des compétences en animation et une bonne communication entre le formateur et le co-formateur sont bénéfiques aux participants pour leur apprentissage.

Le programme de formation

Le programme de formation répertorie les sessions de ce module, ainsi que le matériel nécessaire et indique les horaires de toutes les activités. Ceux-ci ne tiennent pas compte des pauses et des repas, ni des activités de stimulation, etc. Faites votre propre planning, et planifiez le programme en fonction des besoins locaux. Reportez-vous à l'Annexe A pour avoir des exemples d'activités de stimulation et à l'Annexe B pour deux exemples de planning de formation. Le premier planning correspond à une formation d'une journée et le second à une formation d'une journée et demie.



Mener un jeu de rôle

Il y a deux types de jeux de rôle que vous pouvez proposer dans la formation. Le premier est un « jeu de rôle de démonstration » où les animateurs agissent eux-mêmes en tant qu'aidants fournissant les 1ers SP à une personne en détresse. Le second est un « jeu de rôle actif » où les participants fournissent les 1ers SP à une personne en détresse. Essayez d'utiliser les deux types de jeu de rôle.

Jeu de rôle de démonstration : il peut être utile de présenter un jeu de rôle de démonstration à deux reprises en utilisant le même exemple. La première fois, vous pouvez jouer le jeu de rôle en affichant des compétences en 1ers SP moins bonnes et en commettant des erreurs courantes, et la deuxième fois, vous pouvez utiliser vos compétences en 1ers SP de manière plus efficace. Cela peut aider les participants à apprendre ce qu'il faut éviter lorsqu'on dispense des 1ers SP.

Les études de cas servent dans les jeux de rôle actifs. Elles sont élaborées par les participants eux-mêmes, à l'aide d'un modèle figurant dans les ressources de formation. Des détails peuvent être donnés en fonction du contexte culturel et social dans lequel vous travaillez.

Instructions pour le jeu de rôle actif : Encouragez les participants à imaginer qu'ils vivent la situation et les réactions décrites dans les études de cas, de manière à pouvoir répondre aux questions et au comportement de l'intervenant de manière réaliste. Demandez à ceux qui jouent le rôle de la personne en détresse de faire semblant de ne rien savoir des 1ers SP. Ils ne doivent pas non plus trop compliquer le rapport des intervenants avec la personne en détresse. Cela risquerait d'être frustrant et d'entraver l'apprentissage.

Le programme de formation



Le programme de formation

Module 3 : Les 1ers SP aux enfants

Activité	Durée (min)	Matériel
1. Introduction	45	
1.1 Présentation de la formation	10	Une balle Tableau à feuilles mobiles avec le programme de la formation inscrit dessus ou des exemplaires remis à chaque participant Papier et stylos Tableau à feuilles mobiles, marqueurs, ruban adhésif ou trombones
1.2 Jeu de présentation	25	
1.3 Programme de formation	5	
1.4 Règles élémentaires	5	
2. Que sont les 1ers SP aux enfants ?	20	Exemplaires de l'Annexe C. 1. Affirmations sur les 1ers SP (découper en affirmations uniques) Tableaux à feuilles mobiles indiquant ce que sont les 1ers SP et ce qu'ils ne sont pas Papier de tableau à feuilles mobiles et marqueurs
3. Événements bouleversants	15	Papier de tableau à feuilles mobiles, post-its et marqueurs
4. Réactions des enfants face à des événements bouleversants	60	Exemplaires de l'Annexe C. 2. Développement des enfants dans différentes tranches d'âge Exemplaires de l'Annexe C. 3. Réactions des enfants face aux événements bouleversants
5. Identifier les enfants et les accompagnants qui ont besoin de 1ers SP	30	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs
6. Observer, Écouter, Mettre en contact	20	Annexe C. 4. Fiches Observer, Écouter, Mettre en contact (créer trois ensembles de fiches)
7. Communiquer avec les enfants	60	Exemplaires de l'Annexe C. 5. Sept techniques de communication efficace avec les enfants en situation de détresse (découper en sections)
8. Pratiquer les principes « Observer, Écouter, Mettre en contact »	30	2 scénarios
9. Élaborer des études de cas	15	Exemplaires de l'Annexe C. 6. Élaborer des études de cas Papier et stylos
10. Le jeu de rôle des 1ers SP	60	Exemplaires des études de cas élaborées par les groupes au cours de la session 9 Exemplaires de l'Annexe C. 7. Formulaire de retour d'information sur les jeux de rôle
11. Réactions complexes	60	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs Annexe C. 8. Un scénario avec des questions Le cas échéant, des renseignements d'actualité sur le référencement au niveau local
12. Prendre soin de soi	45	Une balle
12.1 Prendre soin de soi avant et après avoir fourni les 1ers SP	35	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs
12.2 Un exercice de respiration	10	
13. Clôture de l'atelier	15	Annexe D : Formulaire d'évaluation de la formation

Séances de formation

1. Introduction



DIAPO 1



Accueillir les participants et créer une compréhension commune des objectifs de la formation.
Créer un cadre d'apprentissage positif et sûr.



Une balle
Tableau à feuilles mobiles avec le programme de la formation inscrit dessus ou des exemplaires remis à chaque participant
Papier et stylos.
Tableau à feuilles mobiles, marqueurs, ruban adhésif ou trombones

1.1 Présentation de la formation

1. Accueillez tous les participants de la formation et présentez les animateurs. Expliquez aux participants qu'ils auront l'occasion de se présenter un peu plus tard.
2. Demandez aux participants de se mettre par deux, et donnez-leur environ deux minutes pour discuter de ce qu'ils savent sur les premiers secours psychologiques. Que sont les 1ers SP ?
3. Une fois les deux minutes écoulées, demandez-leur de trouver un autre partenaire et, cette fois-ci, de discuter de ce en quoi consistent les 1ers SP aux enfants : Pourquoi avons-nous besoin de 1ers SP axés spécifiquement sur les enfants ?
4. Maintenant, rassemblez tout le monde. Demandez aux volontaires de faire part de ce qu'ils pensent être la définition des 1ers SP.
5. Après avoir reçu plusieurs réponses, résumez en ces termes :
 *Les premiers secours psychologiques sont un ensemble de compétences et d'attitudes destinées à aider les personnes en détresse ayant besoin de soutien à gérer leur situation et faire face aux difficultés immédiates. Une fois que vous aurez acquis ces compétences, vous pouvez les utiliser à la fois dans votre vie personnelle et professionnelle et lors d'une intervention en cas de crise.*
6. Demandez maintenant à des volontaires de faire part de ce qu'ils savent sur les 1ers SP aux enfants. Demandez-leur d'expliquer pourquoi, selon eux, il faut des 1ers SP axés spécifiquement sur les enfants.
7. Après avoir reçu plusieurs réponses, résumez en ces termes :
 *Les 1ers SP aux enfants sont similaires aux 1ers SP pour les adultes. Cependant, les enfants ne sont pas des adultes miniatures. Ils ont des expériences et présentent des réactions différentes lorsqu'ils sont en détresse et ont donc besoin d'une aide et d'une protection différentes. Aujourd'hui, vous découvrirez les premiers secours psychologiques et les trois principes d'action « Observer, Écouter, Mettre en contact » ainsi que la façon d'appliquer ces trois principes d'action pour aider précisément les enfants en détresse.*

1.2 Jeu de présentation

1. Demandez aux participants de former un cercle, et expliquez-leur que vous allez jouer à un jeu qui leur permettra de se connaître. Dites-leur de faire très attention à ce qu'ils voient et entendent.
2. Donnez la balle à un participant, et demandez-lui de dire son prénom et quelque chose le concernant que la plupart des gens ne savent pas. Par exemple, son passe-temps, s'il ou elle joue d'un instrument, s'il y a un plat inhabituel qu'il ou elle aime, etc.
3. Une fois le tour de cette personne passé, demandez-lui de passer la balle à une autre personne du cercle. Poursuivez jusqu'à ce que tout le monde soit passé.
4. Expliquez maintenant que lorsque vous lancez la balle à quelqu'un, la personne qui l'attrape doit dire le prénom de la personne qui lui a lancée et l'information qu'elle a donnée à son

sujet. Cette personne lance ensuite la balle à une autre qui doit dire le prénom de la deuxième personne qui a lancé la balle et ce qu'elle a dit à son propre sujet. Poursuivez le jeu jusqu'à ce que tout le monde soit passé.

5. Au bout de quelques minutes, demandez aux participants de trouver quelqu'un dans la salle avec qui ils ont quelque chose en commun et de se mettre avec cette personne. Maintenant, demandez aux binômes de trouver un autre binôme avec qui ils ont quelque chose en commun. Continuez à multiplier les binômes (4 par 4, 8 par 8) jusqu'à ce que tout le monde soit lié par quelque chose en commun. S'ils ne trouvent rien de commun, vous pouvez leur rappeler qu'ils sont tous ensemble à cette formation.
6. Terminez le jeu en demandant à tous les participants de se tenir debout en cercle et de réfléchir à l'activité. Soulignez le fait qu'ils ont mis en pratique les principes d'action clés des 1ers SP, à savoir Observer, Écouter, Mettre en contact. Le jeu démontre l'importance d'une écoute attentive lorsque les gens font part d'informations à leur sujet.

1.3 Le programme de formation

1. Passez en revue le programme de formation de la journée et expliquez brièvement les séances. Donnez des informations pratiques telles que les heures de début et de fin, les pauses-repas, l'emplacement des toilettes, etc.
2. Expliquez que cette formation porte sur les 1ers SP aux enfants. Il s'agit notamment de savoir comment identifier les enfants et les accompagnants en situation de détresse et comment communiquer avec les enfants. Elle traite également de la gestion de situations ou de réactions complexes spécifiques et oriente les personnes qui s'occupent d'eux dans leurs stratégies pour prendre soin d'eux-mêmes.
3. Dites aux participants qu'il existe d'autres modules de formation sur les 1ers SP, y compris une formation d'une demi-journée sur *l'introduction aux 1ers SP*, une formation d'une journée sur les *Éléments de base des 1ers SP* et une autre sur *Les 1ers SP en groupes – Soutien aux équipes*. Expliquez les dispositions qui pourraient être prises pour proposer ces modules. Expliquez aux participants que le *Module 4 : Les 1ers SP en groupe – Soutien aux équipes* n'est proposé qu'à ceux qui ont terminé le *Module 2 : Éléments de base des 1ers SP*.

1.4 Règles élémentaires

1. Expliquez qu'il est important que le groupe s'accorde sur les règles de base de la formation afin de créer un environnement sûr où chacun se sente à l'aise pour participer et s'exprimer.
2. Répartissez les participants en groupes de quatre et demandez-leur d'énumérer les cinq règles de base les plus importantes de cette formation.
3. Au bout de quelques minutes, demandez à chaque groupe de présenter ses cinq règles. Au fur et à mesure que chaque groupe donne ses réponses, demandez à ceux qui présentent de ne pas répéter les règles qui ont déjà été mentionnées. Dressez ensemble une liste définitive des règles de base convenues, et inscrivez-les sur un tableau à feuilles mobiles.

Voici des exemples de bonnes règles de base :

- Éteindre les portables pendant la formation.
- Respecter la ponctualité. Commencer et finir à l'heure prévue, revenir rapidement après les pauses.
- Ne pas interrompre.
- Se respecter les uns les autres, en respectant les limites de l'espace personnel.
- Tout le monde est invité à exprimer son point de vue, mais personne ne subit de pression pour s'exprimer.
- Écouter en accordant toute son attention.
- Si les autres racontent leurs expériences, adoptez une attitude non critique.
- Informer les animateurs des éventuelles difficultés.

- Les questions sont encouragées.
 - Préservez la confidentialité de tout ce qui est partagé dans le groupe.
4. Assurez-vous que la confidentialité est comprise de tous. Soulignez à quel point il est important de garder dans le groupe les informations personnelles exprimées lors de la formation, et de ne pas en discuter ni de les divulguer à des personnes extérieures au groupe. Cela favorise une atmosphère de confiance et permet aux participants de se sentir à l'aise et en sécurité pour partager leurs histoires et leurs sentiments. Demandez à tous les participants de lever la main pour indiquer qu'ils sont d'accord avec les règles de base.
 5. Dites aux participants qu'ils ne sont pas tenus de participer à toutes les activités. S'ils ne sont pas à l'aise pour participer à l'une d'elles, ils peuvent se mettre en retrait et simplement observer.
 6. Affichez la liste des règles élémentaires à un endroit où tout le monde peut les voir pendant l'atelier.

2. Que sont les 1ers SP aux enfants ?



DIAPO 2-4



Pour que les participants se familiarisent avec ce que sont les 1ers SP et ce qu'ils ne sont pas.



Exemplaires de l'Annexe C. 1. Affirmations sur les 1ers SP (découper en affirmations uniques)

Tableaux à feuilles mobiles indiquant ce que sont les 1ers SP et ce qu'ils ne sont pas, ou utiliser les pp 2-3

Tableau à feuilles mobiles et marqueurs



Au début de cette session, essayez de ne rien dire du tout pour laisser les participants découvrir comment les affirmations peuvent être divisées en deux grandes catégories. Laissez-les parler entre eux. Il s'agit en fait d'un mélange de vraies et fausses affirmations au sujet des 1ers SP.

1. Distribuez au hasard les affirmations sur les 1ers SP.
2. Expliquez que vous avez distribué différentes affirmations et qu'elles doivent être attribuées à l'un des deux groupes. Sans donner d'autres instructions, demandez aux participants de former deux groupes en se basant sur la manière dont les affirmations pourraient être regroupées.
3. Une fois les deux groupes formés, demandez aux participants la différence entre les groupes. Ils doivent répondre que certaines affirmations sont vraies et que d'autres sont fausses.
4. Demandez à chaque groupe de partager leurs affirmations.
5. Vérifiez que les participants comprennent ce que signifient les affirmations. Par exemple, demandez à quelqu'un d'expliquer pourquoi les 1ers SP ne sont pas une thérapie ou un conseil professionnel et assurez-vous que les participants comprennent pourquoi il en est ainsi.
6. Montrez les tableaux à feuilles mobiles ou les diapositives PowerPoint préparées en indiquant ce que sont les 1ers SP aux enfants et ce qu'ils ne sont pas.
7. Maintenant, dans les deux groupes, accordez aux participants quelques minutes pour discuter des raisons pour lesquelles ils pensent qu'il devrait y avoir une formation axée particulièrement sur les 1ers SP aux enfants. Demandez-leur d'en donner les différentes raisons.



LES 1ers SP consistent à... (VRAI)

- reconforter les enfants et les accompagnants en détresse et à les aider à se sentir en sécurité et calmes
- évaluer les besoins et les préoccupations
- protéger les enfants
- offrir un soutien émotionnel
- aider à répondre aux besoins de base immédiats (p. ex. nourriture, eau, couverture ou abri)
- écouter les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux sans exercer de pression pour qu'ils parlent
- aider les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux à accéder à l'information, aux services et au soutien social.

Les 1ers SP ne sont pas... (FAUX)

- réservés uniquement aux professionnels
- une forme de conseil professionnel ou de thérapie
- un moyen de favoriser une discussion détaillée sur l'événement bouleversant
- un moyen de demander aux enfants ou aux personnes qui s'occupent d'eux d'analyser ce qui leur est arrivé
- un moyen de faire pression sur les enfants ou leurs accompagnants pour avoir plus de renseignements sur ce qui s'est passé
- un moyen de faire pression sur les enfants ou leurs accompagnants pour qu'ils partagent leurs sentiments et leurs réactions.

8. Au bout de quelques minutes, demandez aux deux groupes de faire part de leurs réflexions et de l'inscrire sur le tableau à feuilles mobiles.

Assurez-vous que les éléments suivants y figurent :

Les enfants

- dépendent d'adultes ou d'enfants plus âgés pour ce qui est des soins et de la protection
- comprennent les situations et réagissent différemment que les adultes
- ont des besoins différents selon l'âge et le sexe
- ont besoin de soins et de soutien différents de ceux des adultes.

9. Résumez les réponses et exprimez les choses ainsi :



Les enfants réagissent et pensent différemment des adultes. Ils ont des besoins spécifiques liés à leur âge, à leur maturité et à leur compréhension des événements et des réactions. Ils sont particulièrement vulnérables en raison de leur taille physique, de leur dépendance sociale et de leurs liens affectifs avec les personnes qui s'occupent d'eux. C'est la raison pour laquelle nous avons élaboré une formation sur les premiers secours psychologiques dispensés aux enfants. Elle met l'accent sur les réactions des enfants et sur la meilleure façon de les aider, en fonction des spécificités de leurs besoins.

10. Soulignez le fait qu'il existe des lois et directives mondiales et locales de protection des enfants. Les participants devraient être au fait des politiques de protection de l'enfance de leur organisation et des directives sur la façon de traiter les déclarations et les allégations de violence et d'abus dans leur contexte local.
11. Orientez les participants sur le *Briefing en ligne de protection de l'enfance de la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge* et encouragez ceux qui ne l'ont pas encore consulté à le faire.
12. Insistez sur le fait qu'il est important de se comporter d'une manière qui respecte la sécurité, la dignité et les droits des personnes aidées lorsqu'on leur fournit les 1ers SP. Demandez aux participants de donner des exemples de la façon dont ils pourraient procéder.
13. Veillez à ce que les points ci-dessous soient mentionnés :

SÉCURITÉ

Évitez d'exposer les gens à des risques supplémentaires par vos actions. Assurez-vous du mieux que vous pouvez que les personnes que vous aidez sont en sécurité et protégez-les de tout préjudice physique ou psychologique.

DIGNITÉ

Traitez les gens avec respect et en accord avec leurs normes culturelles et sociales.

DROITS

Veillez à ce que les gens puissent bénéficier d'aide de manière équitable et sans faire l'objet de discrimination.

Aidez les gens à revendiquer leurs droits et à accéder au soutien disponible. N'agissez que dans le meilleur intérêt de la personne que vous rencontrez.

3. Événements bouleversants

Discuter des types de situations ou d'événements bouleversants qui peuvent amener un enfant à avoir besoin de 1ers SP.



Papier pour tableau à feuilles mobiles, post-its, marqueurs



Les post-its seront utilisés pour des jeux de rôle plus tard dans la formation.

1. Demandez aux participants de se mettre en binôme. Donnez-leur quelques minutes pour discuter des types de situations auxquelles ils peuvent penser et dans lesquelles les enfants pourraient avoir besoin de 1ers SP.
2. Au bout de quelques minutes, demandez-leur leurs réponses. Au fur et à mesure qu'ils donnent leurs réponses, demandez à deux volontaires d'écrire toutes les suggestions sur des post-its - un exemple par post-it et de les coller sur un tableau à feuilles mobiles. Demandez-leur de résumer ce que disent les participants pour que les exemples sur les post-it soient un mot ou une phrase. Expliquez-leur qu'ils utiliseront ces situations pour des jeux de rôle plus tard dans la formation.

Voici quelques exemples :

- conflit avec un ami
- intimidation ou autres formes de violence
- diagnostic d'une maladie grave
- difficultés relationnelles (adolescents)
- perte d'un animal de compagnie
- divorce des parents
- accident de voiture
- décès dans la famille
- catastrophes naturelles
- catastrophes ou accidents humains à grande échelle
- fait d'être témoin d'une blessure ou d'une maladie
- le fait d'être séparé de sa famille ou de ne pas être accompagné.

- Soulignez que les événements bouleversants peuvent être individuels et personnels, comme ceux qui touchent la famille. Il peut s'agir également d'événements plus importants et plus publics qui affectent plusieurs personnes, par exemple une catastrophe naturelle ou humaine.
- Demandez aux participants si tous les enfants qui vivent des événements bouleversants ont besoin de 1ers SP.
- Soulignez que, comme les adultes, certains enfants font très bien face aux expériences difficiles. Tous les enfants n'ont pas besoin de 1ers SP. Expliquez que l'activité suivante porte sur l'éventail des réactions courantes des enfants aux expériences stressantes et sur la façon de reconnaître un enfant qui a besoin de 1ers SP.

4. Réactions des enfants face à des événements bouleversants



DIAPO 5



Discuter des réactions des enfants aux événements bouleversants à différents stades de leur développement.



Tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Exemplaires de l'Annexe C. 2. Développement cognitif, émotionnel et social des enfants

Exemplaires de l'Annexe C. 3. Réactions des enfants face à des événements bouleversants

- Répartissez les participants en quatre groupes et donnez-leur du papier pour tableau à feuilles mobiles et des marqueurs. Attribuez à chaque groupe une tranche d'âge différente parmi les suivantes : 0-2 ans ; 3-6 ans ; 7-12 ans ; 13-18 ans. Demandez-leur d'écrire la tranche d'âge qui leur a été attribuée en titre sur le papier pour tableau à feuilles mobiles.
- Avant de commencer l'activité, donnez aux groupes quelques minutes pour apprendre à mieux se connaître. Demandez-leur d'indiquer s'ils ont eux-mêmes des enfants ou quelle a été leur expérience du travail avec les enfants.
- Donnez maintenant aux groupes des exemplaires du document sur le développement cognitif, émotionnel et social des enfants.
- Expliquez-leur que deux études de cas leur seront présentées et qu'ils devront discuter de certaines questions en rapport avec le groupe d'âge qui leur a été attribué. Expliquez-leur qu'ils peuvent se servir du document comme support de discussion. Ils peuvent ajouter tous les points importants qui manquent dans le polycopié.



Questions au sujet des réactions des enfants :

D'après vous, comment un enfant devrait réagir dans cette situation ?

Décrire les réactions intérieures et extérieures.

Les réactions seront-elles les mêmes pour les garçons et les filles ?

- Soulignez le fait que les réactions se manifestent intérieurement sous forme de sentiments, de pensées et de sensations physiques ; ces réactions peuvent être cachées. Les réactions extérieures sont visibles des autres, comme les pleurs ou les comportements agressifs.
- Lisez à présent la première étude de cas :

Un enfant du club d'enfants de la Croix-Rouge ou du Croissant-Rouge local ne se sent pas bien depuis quelques semaines. Aujourd'hui, vous avez appris que l'enfant s'était vu diagnostiquer un cancer en phase terminale.

7. Donnez aux groupes environ cinq minutes pour discuter de la façon dont ils pensent qu'un enfant de leur groupe d'âge réagirait s'il se voyait diagnostiquer un cancer en phase terminale. Demandez-leur de réfléchir aux différences qui peuvent exister entre les filles et les garçons.
8. Maintenant, lisez la deuxième étude de cas : Demandez-leur de réfléchir aux mêmes questions qu'auparavant, mais cette fois-ci, ils doivent créer un jeu de rôle rapide d'une minute pour montrer comment un enfant de leur âge pourrait réagir intérieurement et extérieurement.
9. Au bout d'environ cinq minutes, demandez aux groupes de jouer leurs jeux de rôle. Discutez des différences entre garçons et filles qui ont été mises en évidence.

Il y a eu un tremblement de terre et la ville dans laquelle vous vivez a subi d'importants dégâts. En parcourant la ville, vous rencontrez un enfant (du groupe d'âge sur lequel vous travaillez). Il marche seul dans la rue et se trouve en détresse. Il ou elle a été séparé(e) de sa famille et a vu plusieurs cadavres et beaucoup de destruction.

10. Distribuez les exemplaires de l'Annexe C. 3. Réactions des enfants face à des événements bouleversants. Demandez aux groupes de revoir les exemples de ce document et de les comparer à leur propre liste. Y a-t-il des choses sur leur liste qui ne figurent pas sur le document ? Ou inversement ?
11. Poursuivez en expliquant que certains enfants sont plus à risque d'avoir des réactions plus fortes que d'autres lorsqu'ils vivent un événement stressant.
12. Expliquez qu'il y a quatre catégories principales qui influencent les réactions des enfants. Il s'agit notamment des facteurs environnementaux, biologiques/physiques, sociaux, et ceux en lien avec les accompagnants et la famille.
13. Attribuez une catégorie à chacun des quatre groupes et donnez aux groupes quelques minutes pour réfléchir à des exemples de ce qui peut influencer les réactions des enfants.
14. Divisez le tableau à feuilles mobiles en quatre sections et inscrivez en tête de chaque section les différentes catégories. Demandez aux quatre groupes de donner leur avis et invitez un volontaire à écrire leurs exemples dans les sections correspondantes du tableau à feuilles mobiles.

Des exemples de réponses sont présentés dans l'illustration du tableau à feuilles mobiles :
15. Terminez l'activité en soulignant l'importance de garder à l'esprit tous les facteurs d'influence possibles lorsqu'on aide un enfant et la personne qui s'en occupe.

<p>Facteurs environnementaux</p> <ul style="list-style-type: none"> • ce qu'ils ont vécu • le degré de menace de la situation • ce dont ils ont été témoin 	<p>Facteurs biologiques</p> <ul style="list-style-type: none"> • physique • développement et force • blessures physiques
<p>Facteurs sociaux</p> <ul style="list-style-type: none"> • facteurs socio-économiques • soutien social 	<p>Facteurs liés à l'accompagnant et à la famille</p> <ul style="list-style-type: none"> • réactions de l'accompagnant • niveau de souffrance de l'accompagnant et de la famille • séparation d'avec des membres de la famille

5. Identifier les enfants et les accompagnants qui ont besoin de 1ers SP



Identifier les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux qui peuvent avoir besoin de 1ers SP.



Tableau à feuilles mobiles et marqueurs

- Rappelez aux participants que tous les enfants qui vivent des événements stressants n'ont pas forcément besoin de 1ers SP.
- Dans les quatre groupes, demandez aux participants d'examiner les signes et symptômes qui indiquent qu'un enfant de leur groupe d'âge est en souffrance et a besoin d'aide. N'oubliez pas que les expressions de souffrance sont souvent liées à la culture. Aussi, invitez à discuter de la façon dont les enfants, dans ce contexte particulier, peuvent montrer qu'ils sont en souffrance.
- Au bout de quelques minutes, demandez un retour d'information. Listez les réponses sur le tableau à feuilles mobiles.
- Reportez-vous à la discussion précédente sur les facteurs qui influencent les réactions des enfants et sur l'importance du bien-être des personnes qui s'occupent d'eux et de leurs réactions aux événements stressants. Il est important d'examiner également comment le parent ou l'accompagnant réagit pour voir s'il a besoin d'aide pour être en mesure de s'occuper de l'enfant.
- Demandez aux participants les signes et symptômes pouvant indiquer qu'un accompagnant est en détresse et a besoin de 1ers SP.

Les signes de détresse chez un parent ou un accompagnant peuvent être les suivants :

- paraître désorienté ou confus
- être incapable de vivre normalement et de s'occuper de soi ou de son enfant, par exemple en ne mangeant pas ou en ne respectant pas son hygiène, malgré la disponibilité d'aliments et de commodités
- perdre le contrôle de soi et se comporter de façon imprévisible ou destructrice
- menacer de se faire du mal ou de faire du mal aux autres.

- Demandez aux participants comment aider les accompagnants en détresse. Expliquez que les mêmes principes « Observer, Écouter, Mettre en contact » s'appliquent aux adultes. L'accent est mis sur l'aide aux accompagnants pour leur permettre de pouvoir s'occuper de leurs propres enfants.
- Orientez les participants vers le manuel d'introduction, *Guide des premiers secours psychologiques pour les Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge* pour obtenir des conseils à l'intention des parents et des accompagnants en détresse. Indiquez-leur qu'ils peuvent également en savoir plus à ce sujet dans les formations de Save the Children sur les 1ers SP aux enfants.
- Soulignez le fait que si un parent ou un accompagnant est avec l'enfant, il est important de toujours communiquer avec le parent ou l'accompagnant pour lui demander la permission d'entrer en contact avec l'enfant.

Les signes de détresse chez un enfant sont notamment les suivants :

- présenter des symptômes physiques d'inconfort, comme des tremblements, maux de tête, une perte d'appétit, des douleurs
- pleurer beaucoup
- se sentir agité et paniqué
- être agressif et tenter de blesser les autres (frappes, coups de pied, morsure, etc.)
- s'agripper aux personnes qui s'occupent de lui
- paraître désorienté ou confus
- sembler replié sur soi ou très silencieux avec peu ou pas de mouvements
- se cacher des autres
- changements marqués de comportement
- afficher un comportement sexuellement explicite inapproprié
- ne pas répondre aux autres, ou ne pas parler du tout
- avoir très peur.

6. « Observer, Écouter, Mettre en contact »

PP DIAPO 6-8



Présenter les principes d'action « Observer, Écouter, Mettre en contact »



Ensemble de fiches « Observer, Écouter, Mettre en contact » pour chaque groupe
Tableau à feuilles mobiles et marqueurs

1. Divisez les participants en trois groupes.
2. Expliquez qu'il y a trois principes d'action qui sont au cœur des 1ers SP dispensés aux enfants. Ce sont les suivants : « Observer, Écouter, Mettre en contact ».
3. Donnez à chaque groupe un jeu de fiches « Observer, Écouter, Mettre en contact ». Mélangez les fiches avant de les distribuer pour qu'elles soient dans un ordre aléatoire.
4. Demandez aux groupes de discuter des actions décrites sur les fiches. Discutez de ce qu'elles signifient pour le comportement d'un aidant dans la dispense de 1ers SP. Demandez aux groupes de trier les fiches en trois piles (Observer, Écouter, Mettre en contact) et de décider si les actions doivent être effectuées dans un ordre spécifique.
5. Donnez-leur environ cinq minutes pour classer les fiches dans les bons groupes et dans un ordre, si nécessaire.

Les actions qui leur ont été distribuées sont les suivantes :



OBSERVER

- ce qui est arrivé
- les risques pour la sécurité
- qui accompagne l'enfant ou s'il est seul
- les blessures physiques
- les besoins élémentaires et pratiques en matière de protection
- les réactions émotionnelles

ÊTRE À L'ÉCOUTE

se rapporte à la manière dont la personne qui aide

- s'approche de l'enfant et se présente
- calme l'enfant (et le parent)
- fait attention aux autres et est à leur écoute
- accepte et valide les réactions et les sentiments de l'enfant
- interroge sur les besoins et les préoccupations à l'aide de questions adaptées à l'âge de l'enfant
- aide l'enfant à trouver des solutions à ses besoins et problèmes immédiats

METTRE EN CONTACT

consiste à

- évaluer les besoins de l'enfant, si possible avec lui
- aider l'enfant à bénéficier de la protection et des services élémentaires dont il a besoin
- donner des informations adaptées à l'âge de l'enfant
- mettre l'enfant en contact avec ses proches et, au besoin, avec les services sociaux

6. Au bout de cinq minutes, demandez à un groupe de faire part des actions qu'il a choisies comme faisant partie du groupe Observer. Demandez à un autre groupe de faire part de ce qu'il a choisi pour le groupe Écouter, et au dernier d'indiquer ce qu'il a choisi pour Mettre en contact. Demandez à chaque groupe d'indiquer s'il pense que les actions doivent être effectuées dans un ordre précis.
7. Soulignez que, bien qu'il puisse sembler y avoir un ordre logique pour les actions, cela dépendra toujours du contexte et des besoins de l'enfant ou des enfants. Par exemple, si un enfant est en détresse parce qu'il a perdu ses parents, la personne qui s'en occupe et fournit les 1ers SP peut d'abord chercher à faire des actions liées au principe METTRE EN CONTACT pour réunir l'enfant avec ses parents, avant d'entreprendre certaines actions des principes OBSERVER ou ÉCOUTER.
8. Répondez à toute question susceptible de se poser sur l'une ou l'autre des actions. Vérifiez auprès de différents participants s'ils ont compris ce que signifient les actions en termes de dispense de 1ers SP aux enfants.

7. Communiquer avec les enfants



Pratiquer diverses techniques de communication avec les enfants en détresse.



Annexe C. 5. Sept techniques de communication efficace avec les enfants en situation de détresse (découper en sections)

1. Commencez l'activité en expliquant que l'une des choses les plus importantes quand il s'agit de dispenser les 1ers SP aux enfants est de savoir comment communiquer convenablement avec les enfants d'âges et de sexes différents.
2. Divisez les participants en sept groupes. Expliquez que cette session met l'accent sur sept techniques de communication qui ont été identifiées comme utiles pour communiquer avec les enfants en détresse.

Les sept techniques sont :

- Contact initial
- Collecte d'informations
- Écoute active
- Normalisation
- Généralisation
- Triangulation
- Apaisement

3. Expliquez brièvement ce que sont les sept techniques.
4. Expliquez aux groupes qu'ils recevront maintenant des informations écrites sur l'une des techniques. Ils disposent de 10 minutes pour discuter de la technique et créer un jeu de rôle pour démontrer cette technique au groupe. Ils doivent utiliser les jeux de rôle pour mettre l'accent sur ce qu'ils pensent qu'il est important de retenir de cette technique lorsqu'ils communiquent avec les enfants.
5. Donnez des exemplaires des techniques aux groupes : une technique différente pour chaque groupe. Expliquez que le jeu de rôle devrait prendre deux minutes maximum, de préférence moins. Les jeux de rôle doivent commencer par une introduction qui inclut des détails sur l'âge et le sexe de l'enfant.
6. Au bout de dix minutes, demandez aux groupes de jouer à tour de rôle.
7. Invitez-les participants à apporter des commentaires ou à poser des questions après chaque jeu de rôle.

8. Pratiquer les principes « Observer, Écouter, Mettre en contact »



Pratiquer les principes « Observer, Écouter, Mettre en contact » à l'aide de deux scénarios différents.



2 scénarios



Cette session est basée sur une technique appelée « théâtre forum » où l'auditoire décide des actions à jouer dans la pièce de théâtre. Elle s'est avérée un outil d'apprentissage puissant et un facteur stimulant pour le changement de comportement.

Deux scénarios sont inclus dans cette session. Vous pouvez les utiliser ou inventer le vôtre. Prévenez les participants que les scénarios peuvent être bouleversants pour eux.

1. Demandez aux participants de s'asseoir en demi-cercle et expliquez que la démonstration des principes « Observer, Écouter, Mettre en contact » se fera en se servant des participants comme du public et en guidant les actions de la personne qui jouera le rôle de l'aidant dispensant les 1ers SP. Expliquez qu'il y aura deux démonstrations basées sur deux courts scénarios et qu'il faudra des volontaires pour jouer le rôle des enfants et des parents.
2. Cela signifie que le public guide l'aidant dispensant les 1ers SP à n'importe quel moment de la démonstration. N'importe quel membre de l'auditoire (c'est-à-dire n'importe quel participant) peut interrompre l'aidant dispensant les 1ers SP et lui demander de procéder différemment. Chaque fois que cela se produit, le membre de l'auditoire doit expliquer la partie des principes « Observer, Écouter, Mettre en contact » qu'il demande de faire à l'aidant dispensant les 1ers SP et doit justifier pourquoi il pense que ce sera utile. Dans ces démonstrations, assurez-vous que les participants comprennent qu'ils orientent bien l'aidant dispensant les 1ers SP et NON les enfants.
3. Commencez en vous basant sur le premier scénario. Expliquez dans la première démonstration que vous jouerez le rôle de l'aidant dispensant les 1ers SP. Demandez à un volontaire de jouer le rôle de l'enfant.
4. Maintenant, lisez le scénario à haute voix :
 *Vous (l'aidant dispensant les 1ers SP) marchez sur une route, quand vous voyez une enfant qui a été séparée de ses parents après une tempête. Une rivière est en crue, et la fillette ne peut pas rentrer chez elle. Elle est perdue, effrayée et nerveuse.*
5. Avant de commencer la démonstration proprement dite, donnez au volontaire quelques minutes pour réfléchir aux différentes réactions des jeunes enfants face aux événements bouleversants. Le volontaire doit décider des principales réactions qu'il ou elle va utiliser pour jouer l'enfant dans cette situation. N'en parlez pas avec le volontaire pour le moment.
6. Commencez la démonstration et demandez à l'auditoire ce que vous devez faire en premier en tant qu'aidant dispensant les 1ers SP. Exécutez les actions selon les instructions des membres de l'auditoire. Si les participants ne s'entendent pas sur ce que vous devez faire, discutez-en jusqu'à trouver un accord. L'enfant réagit à chacune des actions effectuées, en fonction des réactions que le volontaire juge appropriées à la situation.
Lorsque vous avez effectué une action, vous pouvez vous interrompre et dire :
 - « Que dois-je faire maintenant ? » ou
 - « Que dois-je dire ? » Et « comment devrais-je le dire ? »
7. Continuez jusqu'à ce que l'enfant retrouve ses parents et soit en sécurité ou jusqu'à ce qu'il soit confié à une autorité qui en prendra désormais la responsabilité.

- Répétez le processus selon le deuxième scénario ci-dessous. Avant de commencer la démonstration, demandez à trois volontaires, l'un d'être un enfant plus âgé, l'autre d'être un parent, et un autre d'assumer le rôle de l'aidant dispensant les 1ers SP.

Lisez le deuxième scénario à haute voix :

 Une mère et son fils ont eu un accident de voiture au cours duquel le mari et le père a été tué. La mère et son fils dormaient au moment de l'accident.

- Commencez la démonstration de la même manière qu'auparavant. Cette fois-ci, le volontaire qui joue le rôle de l'aidant dispensant les 1ers SP demande à l'auditoire ce qu'il doit faire en premier dans cette situation. Les actions se déroulent, guidées par le public, avec les réactions des volontaires qui jouent le rôle de la mère et du fils.
- Une fois les deux démonstrations terminées, demandez aux participants de réfléchir à ce qu'ils ont observé ou aux événements auxquels ils ont participé. Discutez des difficultés qui ont pu être soulevées au cours de cette expérience, et invitez le groupe à y apporter des solutions.

9. Élaborer des études de cas



DIAPHO 9



Élaborer des études de cas que les participants pourront utiliser lors de la prochaine session
« Jeu de rôle de 1ers SP ».



Exemplaires de l'Annexe C. 6. Élaborer des études de cas
Papier et stylos

- Divisez les participants en nouveaux groupes de quatre.
- Donnez à chaque groupe des exemplaires du modèle d'élaboration des études de cas. Expliquez-leur qu'ils auront dix minutes pour élaborer une étude de cas qu'un autre groupe utilisera pour un jeu de rôle lors de la prochaine session.
- Passez en revue le modèle et expliquez les étapes de l'élaboration d'une étude de cas :



Étapes à suivre pour créer une étude de cas

- Choisissez l'un des post-its qui ont été écrits lors de la session 3 « Événements bouleversants ». Rappelez le post-it à votre petit groupe.
 - Choisissez ce qui est arrivé à l'enfant et à l'accompagnant. Donnez-leur un nom et inventez des informations à leur sujet qu'un aidant dispensant les 1ers SP pourrait avoir besoin de connaître, comme le sexe, l'âge, etc.
 - Donnez des informations sur le contexte qui fixera le cadre du jeu de rôle. Par exemple, s'agit-il d'une zone rurale ou urbaine ? À quelle heure de la journée sommes-nous ? Y a-t-il d'autres personnes autour ? L'enfant est-il seul ou accompagné ?
 - Prenez un peu de temps en petits groupes pour discuter des types de réactions que la ou les personne(s) en détresse de votre étude de cas pourrai(en)t avoir. Faites une séance de remue-méninges sur toutes les réactions que vous pouvez imaginer et notez-les sur une feuille de papier à part. Choisissez maintenant deux de ces réactions pour l'enfant et deux pour l'aidant, et ajoutez-les au modèle.
 - Passez quelques minutes à revoir les détails. Assurez-vous d'avoir donné toutes les informations nécessaires pour que l'étude de cas puisse servir dans un jeu de rôle réaliste.
- Lorsque les groupes ont terminé leur tâche, recueillez leurs études de cas et gardez-les pour le jeu de rôle qui suivra. Vérifiez qu'ils ont bien inscrit le numéro de leur groupe sur leur feuille.

10. Le jeu de rôle des 1ers SP



DIAPO 10



Jeu de rôle des 1ers SP en petits groupes.
Pratiquer le retour d'information utile.



Exemplaires des études de cas élaborées par les groupes au cours de la session 9
Annexe C. 7. Formulaire de retour d'information sur les jeux de rôle

! Au cours de cette session, les participants mettront en pratique leurs compétences en matière de 1ers SP par groupes de quatre à l'aide des études de cas élaborées au cours de la session précédente. Si un groupe compte plus de quatre participants, il devra gérer son temps pour s'assurer que tout le monde a la chance de jouer un rôle en fournissant les 1ers SP à l'enfant et à l'accompagnant

Sachez que les jeux de rôle peuvent avoir un impact émotionnel sur les participants, si le rôle qui leur est confié est lié à une expérience personnelle similaire ou s'il provoque d'une autre manière une réaction. Il est important de vérifier à la fin de tous les jeux de rôle que tout le monde se sent bien et est à l'aise pour continuer la formation. Si quelqu'un a besoin de soutien, décidez s'il doit faire partie du groupe (encourager le soutien par les pairs) ou si la personne profiterait davantage d'un soutien individuel.

Entre chaque jeu de rôle, il est recommandé d'avoir recours à des activités de stimulation courtes d'une à deux minutes.

Consulter l'annexe A pour avoir des exemples d'activités de stimulation.

1. Invitez les participants à se joindre à leur groupe de quatre. Expliquez que les groupes pratiqueront les 1ers SP dans une série de trois jeux de rôle, chaque membre du groupe jouant à tour de rôle les rôles suivants : 1) un enfant en détresse, 2) un accompagnant en détresse, 3) un aidant dispensant les 1ers SP et 4) un observateur.
2. Expliquez-leur qu'ils se serviront des études de cas qu'ils ont élaborées plus tôt. Distribuez des exemplaires à chaque groupe. Si un groupe reçoit l'étude de cas qu'il a créée, demandez-lui d'échanger avec un autre groupe.
3. Expliquez que vous ferez un signe pour lancer chacune des trois séries de jeux de rôle. Au moment de passer au jeu de rôle suivant, les petits groupes devront échanger leurs études de cas avec d'autres groupes. Dites aux groupes de ne pas utiliser deux fois la même étude de cas et de ne pas utiliser l'étude de cas qu'ils ont élaborée eux-mêmes.
4. Avant de commencer l'exercice, suivez les étapes ci-dessous pour donner votre retour d'information. Insistez auprès des participants sur le fait qu'il est important que les observateurs utilisent cette méthode de retour d'information. C'est une façon de fournir un retour cohérent et positif aux pairs. C'est un facteur important pour promouvoir l'apprentissage qui peut être utilisé dans toutes sortes de contextes. C'est une compétence que les participants peuvent appliquer dans leur vie professionnelle et familiale.
5. Demandez maintenant aux groupes d'organiser leur première série de jeux de rôle. Ils doivent décider qui seront les personnes en détresse, l'aidant dispensant les 1ers SP et l'observateur. Donnez-leur quelques minutes pour le faire et pour se préparer au jeu de rôle. Le jeu de rôle doit durer cinq minutes, suivies de trois minutes de retour d'information.
6. Donnez un signal lorsque les cinq minutes se sont écoulées et que le retour d'information doit commencer. Ensuite, organisez une courte activité brise-glace ou de stimulation pendant une minute. Consulter l'annexe A pour avoir des exemples d'activités brise-glace et de stimulation.



Étape 1 L'observateur demande à l'aidant dispensant les 1ers SP de réfléchir aux points suivants :

- Ce qui s'est bien passé ?
- Que ferait-il ou que ferait-elle différemment la prochaine fois ?

Étape 2 L'observateur donne son retour d'information à l'aidant dispensant les 1ers SP :

- L'observateur commence par un retour positif et détaille ce qui s'est bien passé.
- L'observateur donne un retour spécifique sur les domaines à améliorer (si nécessaire).
- L'observateur termine par un commentaire globalement positif.

Étape 2 L'observateur demande aux participants qui jouent le rôle de l'enfant et de l'accompagnant en détresse de donner un retour supplémentaire :

- La personne en détresse commence par un retour positif et détaille ce qui s'est bien passé.
- La personne en détresse donne un retour spécifique sur les domaines à améliorer (si nécessaire).
- Elle termine par un commentaire globalement positif.

7. Répétez les instructions ci-dessus pour les deuxième, troisième et quatrième jeux de rôle, jusqu'à ce que chacun ait joué les quatre rôles : l'enfant en détresse, la personne qui s'occupe de lui, l'aidant dispensant les 1ers SP et l'observateur.
8. Après les quatre séries de jeux de rôle, rassemblez les participants et remerciez-les de leurs efforts. Vérifiez que tout le monde se sent bien et a bien quitté son rôle. Au besoin, faites une autre brève activité de stimulation avant la discussion finale.
9. Au cours des dernières minutes, réfléchissez avec les participants à leurs expériences. Demandez-leur de commenter ce qui était facile et ce qui était difficile. Encouragez tout le monde à donner des exemples sur la façon de gérer ce qui était difficile, puis donnez votre avis.

11. Réactions complexes



Discuter des réactions complexes et des facteurs qui peuvent causer encore plus de détresse.

Discuter des systèmes d'orientation pour obtenir une aide professionnelle.



Tableau à feuilles mobiles et marqueurs

Annexe C. 8. Un scénario avec des questions

Le cas échéant, des renseignements d'actualité sur le référencement au niveau local



Préparez-vous à cette session en vous familiarisant avec les directives locales relatives au référencement ou à l'orientation vers les services de protection de l'enfance. Obtenez également une liste précise des éventuels renseignements d'actualité sur le référencement au niveau local.

1. Expliquez que certaines réactions et situations peuvent être plus complexes que d'autres lorsqu'on aide les enfants. Dans ces situations, il est généralement nécessaire d'orienter les enfants vers d'autres personnes pour obtenir de l'aide.

2. Demandez aux participants de former des groupes de trois personnes, et donnez-leur environ cinq minutes pour réfléchir à trois exemples de réactions complexes que les enfants peuvent avoir en situation de détresse extrême.
3. Demandez aux groupes de faire part de leurs exemples l'un après l'autre. À mesure qu'ils le font, inscrivez-les exemples sur un tableau à feuilles mobiles sans écrire deux fois le même.
4. Une fois que tous les groupes ont donné leur exemple, redemandez-leur s'ils pensent que quelque chose manque à la liste. Assurez-vous que tous les exemples ci-dessous sont inclus :

Par exemple, les cas où un enfant :

- risqué de se faire du mal ou de faire du mal à autrui
- exprime des pensées suicidaires ou tente de se suicider
- affiche un repli sur lui-même extrême et persistant, par exemple, absence de réaction émotionnelle ou expressions neutres
- gémit sans cesse ou pleure de manière incontrôlée
- est détaché de son environnement et ne s'implique pas émotionnellement comme il ou elle le faisait auparavant
- a des hallucinations (auditives ou visuelles)
- fait des crises d'angoisse persistantes
- se comporte de façon sexuellement explicite
- montre des signes d'incapacité mentale, comme des difficultés permanentes à comprendre le langage et l'interaction sociale.

5. Parlons maintenant des facteurs qui peuvent causer encore plus de détresse aux enfants et aux personnes qui s'occupent d'eux. Commencez par dire :

 *Parfois, face aux événements bouleversants, les gens ont des réactions plus complexes que celles décrites précédemment. Certains facteurs augmentent le risque de développer des réactions plus fortes et plus complexes. Pouvez-vous réfléchir à ces facteurs ?*

Parmi les exemples, citons :

- si un enfant est séparé de ses parents ou des personnes qui s'occupent de lui
 - si un enfant a été maltraité et a besoin d'être protégé d'autres préjudices
 - si plusieurs enfants (ou parents ou personnes qui s'occupent d'eux) ont besoin d'aide en même temps.
6. Insistez sur le fait que dans ces circonstances ou lorsque quelqu'un présente une des réactions complexes qui ont été mentionnées ici, un aidant dispensant les 1ers SP doit toujours orienter l'enfant vers une aide professionnelle, si elle est disponible.
 7. Distribuez aux groupes les exemplaires de l'Annexe C. 8. Un scénario avec des questions. Donnez-leur 10 minutes pour lire le scénario et répondre aux questions.
 8. Une fois les 10 minutes écoulées, demandez à l'ensemble du groupe de vous faire part de ses commentaires. Demandez-leur les types de difficultés auxquelles ils s'attendent pour réagir à ce genre de situation. Discutez de chaque difficulté, et demandez aux participants de trouver des solutions à ces difficultés avant de donner leur propre réponse. Utilisez les notes suivantes pour vous assurer que les participants répondent correctement aux questions posées :

Questions et exemples de réponses pour le scénario :

1. Quelles réactions vous attendez-vous à voir sur les lieux d'un accident ?

On s'attend à voir de nombreuses réactions différentes. Certains enfants et adultes peuvent être paniqués, confus, désorientés, en état de choc, en colère ou incapables de ressentir quoi que ce soit. D'autres peuvent être calmes, apaisés et en mesure d'aider et de soutenir leurs pairs.

2. Qui allez-vous aider en premier ? Pourquoi ?

Nous travaillerons ensemble pour essayer d'identifier ceux qui ont le plus besoin de notre aide en premier. Ce n'est pas toujours facile à faire dans une situation où de nombreuses personnes sont en détresse, mais il y a des choses spécifiques à surveiller, qui indiquent clairement que quelqu'un a besoin d'aide. L'une d'entre elles est la suivante : une personne panique et fait un malaise physique, en ayant des difficultés à respirer ou l'impression qu'elle est sur le point de s'évanouir. Nous devons également faire attention aux enfants qui sont en détresse et qui n'ont pas de parent ou d'enseignant à proximité à qui parler.

3. Qui d'autre allez-vous contacter pour obtenir de l'aide au besoin ?

Il y a un bon hôpital pour enfants à proximité, et nous pouvons y orienter toute personne ayant besoin d'un traitement médical physique. Pour les parents ou autres proches en état de choc et de deuil, il existe un groupe de soutien local qui offre un soutien aux familles touchées de cette façon.

9. Demandez aux participants les types de services de référencement disponibles dans leur contexte et vers qui ils orienteraient les enfants pour obtenir de l'aide professionnelle ou d'autres services. Assurez-vous de discuter des directives locales en matière d'orientation vers des services de protection de l'enfance.
10. S'il y a lieu, donnez aux participants une liste à jour des renseignements d'actualité sur le référencement au niveau local.

12. Prendre soin de soi



Sensibiliser à l'importance de prendre soin de soi et de pratiquer une technique de respiration apaisante.



Tableau à feuilles mobiles et marqueurs

12.1 Prendre soin de soi avant et après avoir fourni les 1ers SP

1. Commencez l'activité en demandant aux participants de former des binômes. Demandez-leur de discuter de ce qu'ils pensent pouvoir trouver personnellement difficile dans la dispense des 1ers SP aux personnes en détresse.

Parmi les exemples de difficultés, citons :

 - Être émotionnellement affecté par la souffrance des autres
 - Avoir le sentiment que vous n'en avez pas fait assez ou que vous n'avez pas pu résoudre les problèmes de la personne
 - Se sentir mal à l'idée de ne pas avoir été en mesure d'aider plus de gens (lors d'événements à grande échelle)
 - Avoir peur que cette même expérience bouleversante puisse vous arriver.
2. Maintenant, demandez aux binômes de discuter de la façon dont ils réagissent eux-mêmes lorsqu'ils font face à des difficultés dans leur travail ou dans d'autres domaines de la vie.
3. Demandez-leur de donner des exemples de la manière dont ils ont personnellement fait face à des difficultés de ce type par le passé ou comment des gens qu'ils connaissent ont réagi. Demandez-leur s'ils ont demandé de l'aide aux autres ?

Parmi les exemples de réponses, citons :

- Parler avec quelqu'un de ses sentiments et de ses difficultés
- S'arrêter un peu de travailler pour se reposer
- Faire de l'exercice.

4. Poursuivez en disant :

 Fournir les premiers secours psychologiques aux personnes en détresse peut s'avérer difficile physiquement et émotionnellement pour celui qui dispense les 1ers SP. Il est difficile de rencontrer et de parler à des personnes en détresse, et même si vous fournissez la meilleure aide possible, il se peut que vous vous retrouviez encore avec le sentiment de ne pas en avoir fait assez. Ainsi que l'a démontré cette activité jusqu'ici, les principes d'action « Observer, Écouter, Mettre en contact » s'appliquent également lorsqu'on prend soin de soi. Vous avez fait part de votre façon de réagir aux difficultés et au fait de vous sentir dépassé. Ce sont les signes et les symptômes que vous pouvez OBSERVER. Vous avez également mentionné des exemples d'actions que vous avez entreprises pour gérer les réactions que vous avez eues, ce qui montre que vous vous ÉCOUTEZ vous-même. Pour beaucoup d'entre vous, l'action que vous avez entreprise impliquait de se METTRE EN CONTACT avec quelqu'un d'autre.

Aider les autres peut être un défi. Nous allons maintenant nous concentrer sur ce que vous pouvez faire pour prendre soin de vous, avant et après l'aide que vous apportez.

5. Demandez aux participants de se lever et de marcher dans la salle pour discuter entre eux des moyens qu'ils pensent pouvoir utiliser pour prendre soin d'eux-mêmes afin de se **préparer** à dispenser les 1ers SP aux personnes en détresse. Demandez-leur de parler à plusieurs personnes pour entendre des idées différentes.
6. Au bout de quelques minutes et après avoir observé qu'ils ont bien eu plusieurs conversations, ramenez tout le monde en cercle. Demandez-leur de faire part des idées dont ils ont parlé en groupe. Faites une liste de leurs exemples au tableau à feuilles mobiles.

Vous pouvez inclure les éléments suivants si les participants ne les mentionnent pas :

- Connaître ses propres limites, c'est-à-dire reconnaître les limites de son savoir-faire et de ses compétences et savoir quand orienter quelqu'un vers une aide spécialisée.
 - Se calmer en se préparant mentalement avant d'aller aider.
 - Savoir avec qui vous travaillerez si vous êtes associé à un autre collègue ou dans une équipe, et connaître les rôles de chacun.
 - Avoir le numéro de votre chef d'équipe ou de quelqu'un d'autre que vous connaissez que vous pouvez appeler si vous avez besoin d'aide pour le référencement
 - Avoir une solide connaissance du système et des procédures de référencement au niveau local (par exemple, savoir à qui s'adresser si vous rencontrez un enfant qui a été séparé de sa famille ; ou quoi faire si quelqu'un révèle avoir été victime de violence sexuelle ou sexiste).
7. Une fois que tout le monde a fait part de ses idées, demandez aux participants de se lever et de marcher à nouveau dans la salle, mais cette fois-ci, en parlant de ce qu'ils peuvent faire pour prendre soin d'eux **après** avoir fourni les 1ers SP à quelqu'un.
 8. Encore une fois, au bout de quelques minutes et après avoir observé qu'ils ont bien eu plusieurs conversations, ramenez tout le monde en cercle. Demandez-leur de faire part de certaines de leurs idées sur ce que vous pouvez faire pour prendre soin de vous après avoir fourni les 1ers SP à quelqu'un. Faites une liste des exemples au tableau à feuilles mobiles.

Vous pouvez inclure les éléments suivants si les participants ne les mentionnent pas :

- reconnaître et accepter les réactions, c'est-à-dire être conscient des changements d'humeur ou des façons dont vous avez été affecté en fournissant les 1ers SP et l'accepter dans le cadre de l'expérience
- connaître et reconnaître les signes et symptômes de stress extrême et de surmenage

- demander de l'aide au besoin, c'est-à-dire reconnaître si vous avez besoin de l'aide d'autres personnes, par exemple pour parler de ce que vous avez vécu. Soulignez l'importance du soutien de la famille, des amis et des pairs lorsque vous discutez du soutien des autres
 - connaître et mettre en pratique des stratégies pour prendre soin de soi.
9. Faites un rapide remue-méninges avec les participants au sujet des différents exemples de stratégies permettant de prendre soin de soi, comme faire de l'exercice, bien manger et dormir, passer du temps avec ses amis, etc.
 10. Expliquez que vous allez maintenant procéder à un court exercice de respiration qui vous aidera à gérer votre stress.

12.2 Un exercice de respiration

 **Les exercices de respiration peuvent parfois provoquer de fortes réactions émotionnelles. Soyez en conscient et soyez prêt à réagir d'une manière discrète et réconfortante pour que la personne ne subisse pas de répercussions négatives.**

1. Demandez aux participants de s'asseoir en cercle ou de se tenir debout avec suffisamment d'espace autour d'eux pour ne toucher personne d'autre.
2. Demandez-leur de s'asseoir droit, ou de se tenir debout, de manière à ne pas bouger pendant environ 30 secondes. Ils doivent se concentrer sur la connexion entre leurs pieds et le sol, ou la chaise et leur corps, s'ils sont assis. Demandez-leur de se concentrer sur leur connexion au sol.
3. Demandez-leur maintenant de mettre une main sur leur ventre et une autre sur leur poitrine. Demandez-leur de se concentrer tranquillement sur leur respiration, mais sans la changer. Ils doivent remarquer s'ils sentent leur respiration dans leur poitrine ou dans leur ventre.
4. Demandez doucement aux participants d'inspirer lentement et profondément par le ventre et d'expirer lentement par la bouche. Procédez ainsi pendant quelques minutes.
5. Terminez l'activité en expliquant que le contrôle de notre respiration est l'un des moyens les plus efficaces pour retrouver son calme si nous sommes dans une situation qui mène à la détresse.

13. Clôture de l'atelier



Terminer l'atelier par une évaluation de la formation et une brève réflexion sur ce que les participants ont appris



Annexe D : Formulaire d'évaluation de la formation

1. Demandez aux participants de s'asseoir en cercle.
2. Expliquez que vous êtes arrivé au terme des deux jours de la formation intitulée « Les 1ers SP aux enfants » et que vous souhaitez un retour d'information sur celle-ci afin de pouvoir l'améliorer à l'avenir.
3. Donnez maintenant aux participants le formulaire d'évaluation de la formation et demandez-leur de le compléter. Lorsque tout le monde a terminé, recueillez les formulaires remplis.
4. Terminez la formation en demandant à chacun de se lever et de dire quelques mots sur les choses les plus précieuses qu'il pense avoir apprises. Ajoutez vos propres observations et remerciez tout le monde de sa participation.
5. Dites au revoir et parlez au groupe de toutes les possibilités de formation approfondie aux 1ers SP.

Annexes



Annexe A : Activités de stimulation

La balle mystère

Demandez aux participants de former un cercle en restant debout. Demandez à un volontaire de se mettre au milieu (le meneur). Demandez maintenant à tous ceux qui forment le cercle de mettre les mains dans le dos. Parfois, le meneur lance vraiment la balle à quelqu'un, d'autres fois, il fait semblant de la lancer. Si quelqu'un tente d'attraper la balle avant qu'elle ne soit lancée, il ou elle doit se mettre au centre du cercle et sera le nouveau meneur.

Attrape mon doigt

Demandez aux participants de former un grand cercle avec vous. Expliquez-leur ensuite que vous allez faire un petit exercice pour améliorer leur concentration et leur réactivité. Demandez à tout le monde de tendre l'index droit. Demandez ensuite à tout le monde d'ouvrir sa paume gauche - demandez-leur de la tourner de façon à ce que la paume soit bien à plat et dirigée vers le haut. Puis demandez-leur de poser doucement leur index droit sur la paume gauche ouverte de leur voisin de droite. Faites-les rester ainsi quelques secondes, et vérifiez



que tout le monde fait l'exercice correctement. Expliquez que quand vous crierez « VANILLE ! » (ou n'importe quel mot au hasard), chacun devra essayer d'attraper l'index de son voisin de gauche, tout en essayant aussi d'éviter que son propre index ne soit attrapé par son voisin de droite. Essayez le jeu plusieurs fois pour être sûr que tout le monde a compris. Quand vous l'aurez fait plusieurs fois, laissez un volontaire crier le mot choisi. Jouez jusqu'à ce que tout le monde soit plein d'entrain.

La chenille loufoque

Demandez aux participants de former un cercle en restant debout. Puis dites-leur de tous se tourner vers leur droite. L'animateur rompt le cercle de manière à ce qu'il y ait un début et une fin. Puis dites au chef de file de commencer à marcher. La chenille peut aller n'importe où et le chef de file peut modifier sa façon de marcher, faire des bruits, agiter les bras, etc. Les autres doivent imiter exactement les mouvements et les sons qu'il fait. Après environ 30 secondes, changez de chef de file. Changez plusieurs fois de chef de file jusqu'à la fin de l'activité.

Des ballons dans le ciel

Si vous avez beaucoup de participants dans l'atelier, répartissez-les en groupes d'environ cinq personnes. Expliquez-leur que vous allez donner un ballon à chaque groupe et qu'ils devront maintenir le ballon en l'air. Le ballon ne doit pas toucher le sol ! Distribuez un ballon à chaque groupe et demandez-leur de commencer. Après une minute environ, donnez-leur un autre ballon qu'ils devront aussi maintenir en l'air. Répétez ceci plusieurs fois jusqu'à ce que les participants soient pleins d'énergie.

Annexe B : Exemples de plannings de formation

Voici deux exemples de planning de formation pour le module 3 qui comprend les pauses comme indiqué. Le premier correspond à une formation d'une journée et le second à une formation d'une journée et demie. Le planning et la structure peuvent être adaptés aux besoins des formateurs et des participants.

PLANNING DE FORMATION 1 : UN JOUR DE FORMATION		
Heure	Programme de formation	Matériel
08h30 – 09h15	1. Introduction	Une balle Tableau à feuilles mobiles avec le programme de la formation inscrit dessus ou des exemplaires remis à chaque participant Papier et stylos Tableau à feuilles mobiles, marqueurs, ruban adhésif ou trombones
09h15 – 09h35	2. Que sont les 1ers SP aux enfants ?	Exemplaires de l'Annexe C. 1. Affirmations sur les 1ers SP (découper en affirmations uniques) Tableaux à feuilles mobiles indiquant ce que sont les 1ers SP et ce qu'ils ne sont pas Papier de tableau à feuilles mobiles et marqueurs
09h35 – 09h50	3. Événements bouleversants	Papier pour tableau à feuilles mobiles, post-its, marqueurs
09h50 – 10h50	4. Réactions des enfants face à des événements bouleversants	Exemplaires de l'Annexe C. 2. Développement des enfants dans différentes tranches d'âge Exemplaires de l'Annexe C. 3. Réactions des enfants face aux événements bouleversants
10h50 – 11h05	PAUSE	
11h05 – 11h35	5. Identifier les enfants et les aidants qui ont besoin de 1ers SP	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs
11h35 – 11h55	6. « Observer, Écouter, Mettre en contact »	Annexe C. 4. Fiches Observer, Écouter, Mettre en contact (créer trois ensembles de fiches)
11h55 – 12h55	7. Communiquer avec les enfants	Exemplaires de l'Annexe C. 5. Sept techniques de communication efficace avec les enfants en situation de détresse (découper en sections)
12h55 – 13h55	DÉJEUNER	
13h55 – 14h25	8. Pratiquer les principes « Observer, Écouter, Mettre en contact »	Aucun
14h25 – 14h40	9. Élaborer des études de cas	Exemplaires de l'Annexe C. 6. Élaborer des études de cas Papier et stylos Exemplaires des études de cas élaborées par les groupes au cours de la session 9 Exemplaires de l'Annexe C. 7. Formulaire de retour d'information sur les jeux de rôle
14h40 – 14h55	PAUSE	
14h55 – 15h55	10. Le jeu de rôle des 1ers SP	Exemplaires des études de cas élaborées par les groupes au cours de la session 9 Annexe C. 7. Formulaire de retour d'information sur les jeux de rôle
15h55 – 16h10	PAUSE	
16h10 – 17h10	11. Réactions complexes	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs Annexe C. 8. Un scénario avec des questions Le cas échéant, des renseignements d'actualité sur le référencement au niveau local
17h10 – 17h55	12. Prendre soin de soi	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs
17h55 – 18h10	13. Clôture de l'atelier	Annexe D : Formulaire d'évaluation de la formation

PLANNING DE FORMATION 2 : UN JOUR ET DEMI DE FORMATION

Heure	Programme de formation	Matériel
JOUR 1		
09h00 – 09h45	1. Introduction	Une balle Tableau à feuilles mobiles avec le programme de la formation inscrit dessus ou des exemplaires remis à chaque participant Papier et stylos Tableau à feuilles mobiles, marqueurs, ruban adhésif ou trombones
09h45 – 10h05	2. Que sont les 1ers SP aux enfants ?	Exemplaires de l'Annexe C. 1. Affirmations sur les 1ers SP (découper en affirmations uniques) Tableaux à feuilles mobiles indiquant ce que sont les 1ers SP et ce qu'ils ne sont pas Papier de tableau à feuilles mobiles et marqueurs
10h05 – 10h20	3. Événements bouleversants	Papier pour tableau à feuilles mobiles, post-its, marqueurs
10h20 – 10h35	PAUSE	15
10h35 – 11h35	4. Réactions des enfants face à des événements bouleversants	Exemplaires de l'Annexe C. 2. Développement des enfants dans différentes tranches d'âge Exemplaires de l'Annexe C. 3. Réactions des enfants face à des événements bouleversants
11h35 – 12h05	5. Identifier les enfants et les aidants qui ont besoin de 1ers SP	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs
12h05 – 13h05	DÉJEUNER	60
13h05 – 13h25	6. « Observer, Écouter, Mettre en contact »	Annexe C. 4. Fiches Observer, Écouter, Mettre en contact (créer trois ensembles de fiches)
13h25 – 14h25	7. Communiquer avec les enfants	Exemplaires de l'Annexe C. 5. Sept techniques de communication efficace avec les enfants en situation de détresse (découper en sections)
14h25 – 14h40	PAUSE	15
14h40 – 15h10	8. Pratiquer les principes « Observer, Écouter, Mettre en contact »	Aucun
15h10 – 15h25	9. Élaborer des études de cas	Exemplaires de l'Annexe C. 6. Élaborer des études de cas Papier et stylos
15h25 – 15h40	Bilan de la première journée	Dépend des méthodes d'examen
JOUR 2		
09h00 – 09h15	Bilan de la première journée et présentation de la deuxième journée	Dépend des méthodes récapitulatives et de présentation
09h15 – 10h15	10. Le jeu de rôle des 1ers SP	Exemplaires des études de cas élaborées par les groupes au cours de la session 9 Annexe C. 7. Formulaire de retour d'information sur les jeux de rôle
10h15 – 10h30	PAUSE	15
10h30 – 11h30	11. Réactions complexes	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs Annexe C. 8. Un scénario avec des questions Le cas échéant, des renseignements d'actualité sur le référencement au niveau local
11h30 – 11h45	12. Prendre soin de soi	Tableau à feuilles mobiles et marqueurs
11h45 – 12h00	13. Clôture de l'atelier	Annexe D : Formulaire d'évaluation de la formation

Annexe C : Ressources de formation

1. Affirmations sur les 1ers SP

 **Imprimez et découpez en affirmations uniques à utiliser lors de la 2e session. Créez suffisamment d'exemplaires pour tous les participants de votre groupe de formation. Vous devrez peut-être répéter certaines affirmations.**

Les 1ers SP sont réservés uniquement aux professionnels.

Les 1ers SP sont un moyen de favoriser une discussion détaillée sur l'événement bouleversant.

Les 1ers SP sont un moyen de demander aux enfants ou à leurs accompagnants d'analyser ce qui leur est arrivé

Les 1ers SP sont destinés à protéger les enfants.

Les 1ers SP sont un moyen de forcer les enfants ou leurs accompagnants à partager leurs sentiments et leurs réactions.

Les 1ers SP sont destinés à reconforter les enfants et les accompagnants en détresse.

Les 1ers SP impliquent d'aider les enfants et les accompagnants à répondre à leurs besoins fondamentaux immédiats (nourriture, eau, couverture ou abri).

Les 1ers SP impliquent d'écouter les enfants et les accompagnants sans les forcer à parler.

Les 1ers SP sont un moyen de forcer les enfants ou leurs accompagnants à donner plus de renseignements sur ce qui s'est passé.

Les 1ers SP sont un moyen de dispenser un soutien émotionnel.

Les 1ers SP sont un moyen d'évaluer les besoins et les préoccupations.

Les 1ers SP sont un moyen d'aider les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux à se sentir en sécurité et apaisés.

Les 1ers SP sont une forme de conseil ou de traitement professionnel.

Les 1ers SP sont un moyen d'aider les gens à accéder à l'information, aux services et au soutien social.



2. Développement cognitif, émotionnel et social des enfants

Développement cognitif	Développement émotionnel	Développement social
Nourrissons et tout-petits (0-2 ans)		
<p>Observe attentivement les visages et suit les objets en mouvement</p> <p>Reconnaît les objets familiers et les personnes au loin</p> <p>Désigne un objet ou une image lorsqu'il ou elle est nommé(e) par son nom</p> <p>À 2 ans, reconnaît les noms des personnes familières, des objets et des parties du corps</p> <p>Est capable de dire plusieurs mots simples (de 15 à 18 mois). À 2 ans, commence à jouer des rôles</p> <p>Utilise des phrases simples (de 18 à 24 mois). Répète les mots entendus dans une conversation.</p>	<p>Le bébé et la personne qui s'en occupe sont émotionnellement attachés l'un à l'autre</p> <p>Le bébé est anxieux lorsqu'il est séparé vers l'âge de 8 mois de la personne qui s'en occupe principalement</p> <p>Tout au long de sa deuxième année, l'enfant oscille entre indépendance et attachement</p> <p>Affiche de plus en plus d'indépendance.</p>	<p>Commence à développer un sourire social</p> <p>Aime jouer avec d'autres personnes et peut pleurer lorsqu'il s'arrête</p> <p>Devient plus communicatif et expressif avec le visage et le corps</p> <p>Imite le comportement des autres, en particulier celui des adultes et des enfants plus âgés</p> <p>De plus en plus conscient qu'il ou elle est un individu à part entière</p> <p>De plus en plus enthousiaste à l'idée d'être en compagnie d'autres enfants.</p>
Préscolaire (3-6 ans)		
<p>À 3-4 ans, fait des puzzles de 3 ou 4 pièces</p> <p>Comprend le concept de différence entre deux objets par la forme et la couleur</p> <p>Comprend les concepts d'identique et de différent</p> <p>Maîtrise les règles de base de la grammaire</p> <p>Parle en phrases de cinq à six mots. Raconte des histoires</p> <p>Commence à avoir une idée plus claire de la notion de temps. Se souvient des parties d'une histoire</p> <p>S'adonne à des jeux d'imagination</p> <p>5-6 ans : Peut compter dix objets ou plus. Nomme correctement au moins quatre couleurs. Comprend mieux le concept de temps. Connaît les objets utilisés tous les jours à la maison (argent, nourriture, appareils électroménagers).</p>	<p>Montre de l'affection pour les camarades de jeu qu'il ou elle connaît. S'intéresse à de nouvelles expériences</p> <p>Fait preuve de plus en plus d'inventivité dans ses jeux d'imagination. Fait preuve de plus d'indépendance. Imagine que beaucoup d'images inconnues peuvent être des « monstres »</p> <p>Se considère comme une personne à part entière, avec son corps, son esprit et ses sentiments</p> <p>Montre plus d'indépendance et peut même rendre visite aux voisins seul(e).</p>	<p>Imite les adultes et ses camarades de jeu</p> <p>Peut attendre son tour dans un jeu</p> <p>Comprend le concept « du mien et du tien »</p> <p>À 5-6 ans : Veut faire plaisir à ses amis. Coopère avec les autres et négocie des solutions aux conflits</p> <p>À 5-6 ans : Plus enclin à accepter des règles</p> <p>Aime chanter, danser et jouer</p> <p>À 5-6 ans : Plus en mesure de distinguer l'imaginaire de la réalité.</p>

Développement cognitif	Développement émotionnel	Développement social
Moyenne enfance (7-12 ans)		
<p>S'intéresse aux faits</p> <p>Commence à comprendre les autres perspectives et commence à se servir de sa logique pour résoudre les problèmes</p> <p>Le raisonnement inductif est également développé à ce stade</p> <p>L'enfant peut être aventureux et inventif, mais tire profit d'une structure, d'un cadre</p> <p>Gagne en attention.</p>	<p>Les signes d'une faible ou d'une forte estime de soi deviennent plus clairs</p> <p>Parvient peu à peu à contrôler ses émotions.</p>	<p>L'identité du groupe de pairs prend de plus en plus d'importance</p> <p>Peur de l'exclusion sociale</p> <p>Comprend les normes culturelles et sociales.</p>
Adolescence (13-18 ans)		
<p>Affiche une pensée abstraite et logique, capable d'utiliser le raisonnement déductif.</p>	<p>Commence à voir l'avenir et peut se sentir à la fois excité à ce sujet ou ressentir de l'appréhension</p> <p>Même si les conflits importants avec les parents diminuent généralement autour de l'âge adulte, les sautes d'humeur et les changements de comportement sont souvent caractéristiques de cette tranche d'âge.</p>	<p>S'identifie fortement aux héros, à des modèles</p> <p>Il est courant chez les jeunes adolescents de penser qu'ils sont à l'abri de tout ce qui pourrait leur arriver de mal. Ils sont enclins à adopter des comportements à risque.</p>

3. Réactions des enfants face à des événements bouleversants

SIGNES COURANTS DE DÉTRESSE PSYCHOSOCIALE DANS TOUS LES GROUPES D'ÂGE :

Crainte que l'événement bouleversant ne se reproduise
Inquiétude à l'idée que des êtres chers puissent être blessés et peur de la séparation
Tendance à la destruction
Problèmes de sommeil
Sauts d'humeur

SIGNES COURANTS DE DÉTRESSE CHEZ LES ENFANTS DE 0 À 2 ANS :

Peut s'agripper aux personnes qui s'occupent de lui ou d'elle
Régession vers un comportement antérieur
Changements dans le sommeil et les habitudes alimentaires
Pleurs et irritabilité
Peur de choses qui ne l'effrayaient pas avant
Hyperactivité
Changements dans les activités/les habitudes de jeu
Comportement d'opposition et plus exigeant qu'auparavant ou, au contraire, trop coopératif
Très sensible aux réactions des autres.

SIGNES COURANTS DE DÉTRESSE CHEZ LES ENFANTS DE 3 À 6 ANS :

Commence à s'agripper aux parents ou à d'autres adultes
Régresse vers un comportement antérieur, comme sucer son pouce
Arrête de parler
Deviens inactif ou hyperactif
Arrête de jouer ou commence à jouer à des jeux répétitifs
Sentiment d'anxiété et d'inquiétude à l'idée que de mauvaises choses puissent arriver
Présente des troubles du sommeil, fait notamment des cauchemars
Changements dans les habitudes alimentaires
Deviens facilement confus
Incapable de bien se concentrer
Assume parfois des rôles d'adultes
Montre de l'irritabilité.

SIGNES COURANTS DE DÉTRESSE CHEZ LES ENFANTS DE 7 À 12 ANS :

Modifie son niveau d'activité physique
Sentiments et comportements confus
Se replie socialement
Parle de l'événement de façon répétitive
Montre de la réticence à aller à l'école
Ressent et exprime de la peur
Souffre de répercussions négatives sur la mémoire, la concentration et l'attention
Présente des troubles du sommeil et de l'appétit
Fait preuve d'agressivité, d'irritabilité ou d'agitation.

SIGNES COURANTS DE DÉTRESSE CHEZ LES ENFANTS DE 13 À 18 ANS :

Ressent un sentiment de souffrance intense
Sentiment de gêne, de culpabilité ou de honte de ne pas avoir été en mesure d'aider les personnes blessées
Montre des inquiétudes excessives à l'égard des autres personnes touchées
A tendance à devenir égocentrique et à s'apitoyer sur son sort
Présente des changements dans ses relations interpersonnelles
Accroissement de la prise de risque, affiche des comportements d'autodestruction, d'évitement ou fait preuve d'agressivité
Expérimente des changements majeurs dans sa vision du monde
Ressent un sentiment de désespoir à l'égard du présent et de l'avenir
Fait preuve de défiance à l'égard de l'autorité et des personnes qui s'occupent de lui/d'elle
Commence à compter davantage sur ses pairs pour se socialiser.

4. Fiches « Observer, Écouter, Mettre en contact »

Note pour l'animateur : Imprimez trois ensembles de fiches, un pour chaque groupe

Trouver des informations sur ce qui est arrivé et ce qui se produit	Approcher l'enfant ou le parent	Aider les personnes touchées à accéder aux informations
Trouver qui a besoin d'aide	Se présenter	Se mettre en contact avec les proches et apporter un soutien social
Évaluer les risques pour la sûreté et la sécurité	Faire attention et Écouter activement	Aider les gens à aborder les problèmes pratiques
Évaluer les blessures physiques	Accepter et valider les réactions de l'enfant et ses sentiments	Aider les gens à accéder aux services et autres formes d'aide
Évaluer les besoins immédiats pratiques et de protection	Calmer l'enfant ou le parent	Identifier qui accompagne l'enfant ou s'il est seul
Évaluer les réactions émotionnelles	Interroger sur les besoins et les préoccupations avec des questions adaptées à l'âge	Aider à trouver des solutions aux besoins et aux problèmes

5. Sept techniques de communication efficace avec les enfants en situation de détresse



Note pour l'animateur : Imprimez le polycopié et découpez chacune des sept sections pour pouvoir donner une technique de communication à chaque groupe.



COMPÉTENCES UTILES POUR COMMUNIQUER AVEC LES ENFANTS

1. Premier contact : se présenter

Commencez toujours par expliquer qui vous êtes et la raison de votre présence.

Par exemple, vous pouvez dire :

- Comment vous appelez-vous ?
- Pour qui travaillez-vous ?
- Pourquoi êtes-vous ici ?

Parlez doucement, lentement et calmement. Essayez de vous asseoir à côté de la personne, ou accroupissez-vous pour parler au parent ou à l'enfant, de façon à être au même niveau. Si ce geste est culturellement approprié, maintenez un contact visuel ou physique, par exemple en tenant la main du parent ou de l'enfant, ou en mettant votre bras autour de la personne ou sur son épaule.

Même si l'enfant sait qui vous êtes, cela ne signifie pas qu'il connaît votre rôle ou votre responsabilité dans telle ou telle situation. Par conséquent, il est important de préciser à l'enfant quel est votre rôle, par exemple : « Quand une situation aussi difficile se présente, mon rôle est de parler aux enfants du camp pour voir s'il y a quelqu'un que je peux aider dans cette situation ».



COMPÉTENCES UTILES POUR COMMUNIQUER AVEC LES ENFANTS

2. Recueillir des informations (poser des questions permettant de clarifier les choses)

Poser des questions ouvertes pour mieux comprendre la situation. Les questions ouvertes sont des questions auxquelles on ne peut normalement pas répondre par « oui » ou par « non ». Elles commencent souvent par « quand », « où », « quoi » et « qui ».

Les enfants sont encouragés à raconter leur histoire selon leurs propres termes et à partir de leur propre expérience. Par exemple, dites : « Où étais-tu quand c'est arrivé ? » ou « Comment se fait-il que vous n'avez rien mangé aujourd'hui ? »

Voici des exemples de questions permettant de clarifier les choses : « Je souhaiterais en savoir plus sur les points suivants » et « Voulez-vous dire... ? » « Entendez-vous par là que... ? »

Ces questions sont utiles lorsque l'histoire de l'enfant semble incohérente. Elles peuvent clarifier ce qui s'est passé et vous donner des informations sur leurs sentiments et leurs pensées.

Veillez à ne pas approfondir les choses lorsque vous posez des questions. En cas de crise, rappelez-vous que vous êtes là pour contribuer à réduire la détresse et non pour demander des détails sur ce qui est arrivé à l'enfant ou à l'adulte. En approfondissant les choses, c'est à dire en demandant des détails, vous pouvez porter préjudice à la personne au cours de la phase initiale qui suit un événement stressant. Mettez plutôt en pratique votre capacité d'écoute et concentrez-vous sur les besoins fondamentaux que l'enfant ou l'adulte exprime dans de telles circonstances.

COMPÉTENCES UTILES POUR COMMUNIQUER AVEC LES ENFANTS

3. Écoute active

L'écoute active consiste à aller plus loin qu'entendre ce que quelqu'un dit. Elle comporte des compétences verbales et non verbales.

Compétences d'écoute non verbale

L'écoute non verbale se manifeste par le langage corporel, le contact visuel, l'espace entre deux personnes, le positionnement du corps, la concentration sur l'autre personne et, le cas échéant, le toucher en vue d'établir une connexion. Grâce aux compétences non verbales, vous montrez que vous écoutez et que vous vous concentrez sur ce que l'enfant dit. Écartez tous les facteurs susceptibles de distraire. Créez un endroit aussi paisible que possible et éteignez votre téléphone portable ou mettez-le en mode silencieux. Ne parlez pas trop. Contentez-vous d'écouter. Restez silencieux et laissez l'enfant parler sans l'interrompre.

Soyez conscient de votre propre langage corporel et du langage corporel approprié d'un point de vue culturel. Établissez le contact visuel si cela est culturellement approprié. Asseyez-vous ou tenez-vous d'une manière à être au même niveau que l'enfant. Ayez conscience de l'espace personnel de l'enfant, en fonction de son âge, du fait que c'est un garçon ou une fille et selon le contexte. Il se peut que vous ayez besoin de vous asseoir dans un angle par rapport à l'enfant pour éviter d'être complètement face à face, car cela peut parfois être intimidant.

Si vous travaillez avec un traducteur, assurez-vous qu'il a également conscience de ces compétences non verbales.

Compétences d'écoute verbale

Les aspects verbaux de l'écoute active consistent à poser des questions pour améliorer la compréhension de la situation, à paraphraser et à résumer ce que la personne a dit dans vos propres mots (pour confirmer que vous la comprenez bien) et à l'encourager et à la soutenir.

Poser des questions pour clarifier la situation est essentiel dans l'écoute active, car cela permet à l'aidant de mieux comprendre ce qui s'est passé et ce dont l'enfant ou la personne qui s'en occupe a besoin. Il est important, lorsque vous posez des questions, de ne pas porter de jugement ou d'être intrusif, mais bien de poser des questions en étant sensible et respectueux de l'expérience de l'enfant ou des personnes qui s'en occupent.

Paraphraser consiste à répéter les mots importants prononcés par l'enfant ou la personne qui s'en occupe. Agissez tel un miroir, non pas de manière mécanique ou tel un perroquet, mais en utilisant le même type de langage que l'enfant. Cela montre à l'enfant que vous l'écoutez et que vous vous concentrez sur les informations qu'il vous donne. Cela vous donne également l'occasion de vérifier que vous avez bien compris l'information.

Paraphraser, c'est aussi répéter ce que l'enfant ou la personne qui s'en occupe a dit, mais avec des mots différents. Il est important de décrire ou de reprendre ce qui vous a été dit plutôt que d'interpréter ce que vous avez entendu. Pour refléter la description d'un sentiment, vous pouvez dire : « On dirait que cette expérience t'a mis en colère. C'est bien cela ? » Donnez toujours à l'enfant la possibilité d'apporter des corrections au besoin. Dites, par exemple, « Ce que j'ai compris, c'est que... » et « Ai-je bien compris ? »

De temps en temps, reprenez et résumez ce que l'enfant vous a dit jusqu'à présent dans la conversation. Cela montre que vous avez écouté et que vous essayez de comprendre.

De plus, vous vérifiez si vous avez bien compris l'information. Le fait d'avoir développé cette compréhension peut aider l'enfant à se préparer à faire des plans. Par exemple, vous pouvez dire : « J'aimerais reformuler ce que tu m'as dit pour m'assurer d'avoir bien tout compris ? »

L'écoute active comprend aussi l'encouragement. Transmettez des sentiments chaleureux et positifs dans votre communication verbale et non verbale. Cela contribue à créer un sentiment d'ouverture et de sécurité qui est crucial lorsque vous voulez bâtir la confiance. Dans certaines circonstances, le contact physique peut contribuer au sentiment d'encouragement. Cependant, dans de nombreuses cultures ou contextes, il est inadapté d'enlacer un enfant inconnu (rappelez-vous que vous ne connaissez pas l'histoire de l'enfant). Par contre, vous pouvez faire preuve d'empathie en disant par exemple « Je suis vraiment désolé de l'apprendre » ou « Je resterai avec toi jusqu'à ce qu'on trouve de l'aide supplémentaire ».

COMPÉTENCES UTILES POUR COMMUNIQUER AVEC LES ENFANTS

4. Normalisation

La normalisation et la généralisation sont des techniques de communication qui fonctionnent généralement aussi bien avec les enfants que les adultes. Les enfants en détresse peuvent être confus quant à leurs propres réactions et sentiments et il est possible qu'ils n'en parlent à personne. La normalisation, c'est le fait de rassurer l'enfant sur le fait que ses réactions sont normales. L'enfant doit savoir que ses réactions sont compréhensibles et qu'elles ne signifient pas qu'il a un problème.

La normalisation peut aider l'enfant à minimiser le sentiment que le monde va mal et lui donner l'espoir que les choses peuvent revenir à la normale. Acceptez et soutenez toutes les émotions que l'enfant peut exprimer ou montrer. Par exemple, vous pouvez dire : « Je vois bien que tu as peur. Beaucoup d'enfants ressentent de la peur. C'est très courant après des expériences comme celle-ci ».

Certains enfants réagissent physiquement à des expériences pénibles. Si cela se produit, vous pouvez expliquer la chose suivante : « Il est courant que le corps réagisse quand on vit quelque chose d'effrayant. Par exemple, ton cœur peut se mettre à battre plus vite, tu peux avoir la bouche sèche ou tu peux avoir les bras et les jambes engourdis. Tu peux avoir mal quelque part. Tu peux aussi te sentir fatigué ou en colère ». L'enfant peut être moins inquiet s'il comprend que ses réactions corporelles sont normales.



COMPÉTENCES UTILES POUR COMMUNIQUER AVEC LES ENFANTS

5. Généralisation

La généralisation est liée à la normalisation. Généraliser a pour but d'aider l'enfant à prendre conscience du fait que beaucoup d'autres enfants partagent les mêmes sentiments et réactions que lui. Cela aide à réduire le sentiment d'isolement et peut donner de l'espoir. Vous pouvez, par exemple, dire : Je connais beaucoup de garçons et de filles qui ressentent la même chose que toi. Certains ont ton âge, d'autres sont plus âgés. Je connais aussi des enfants qui se sentent beaucoup mieux maintenant, parce que les sentiments évoluent souvent avec le temps ».

Sinon, vous pouvez dire : « Je connais une fille qui va beaucoup mieux maintenant après avoir parlé à sa mère de ce qui la tracassait » ou « Beaucoup de garçons et de filles ressentent la même chose que toi en ayant vécu la même chose que toi. Tes réactions sont très similaires à celles d'autres personnes se trouvant dans la même situation ».

COMPÉTENCES UTILES POUR COMMUNIQUER AVEC LES ENFANTS

6. Triangulation

Parfois, les enfants, surtout les plus jeunes, trouvent très intimidant et effrayant de parler à des étrangers. Si un enfant ne veut pas vous parler directement, parlez-lui par l'intermédiaire d'une autre personne, d'un jouet ou d'autres objets que vous trouvez appropriés (par exemple, en utilisant une photo, un arbre ou le personnage d'un livre). C'est ce qu'on appelle la triangulation. Une troisième personne ou un objet fait partie de la conversation, et vous trois formez un triangle. C'est une façon non menaçante de communiquer avec les enfants qui ne vous font pas encore confiance.

Lorsque vous utilisez la triangulation, vous devez toujours vous adresser principalement à l'enfant pour lui donner l'impression que vous vous concentrez sur lui. Par exemple, si vous demandez à un enfant quel âge il a et qu'il se tait, vous pouvez dire : « Tu préfères peut-être que je demande à ta mère ? » Si l'enfant hoche la tête, demandez à l'adulte.

Confirmez que vous vous concentrez toujours sur l'enfant en le regardant à nouveau et en lui disant : « Ah, tu as cinq ans ? » Au final, même l'enfant le plus timide commence généralement à parler, s'il se sent en sécurité et se laisse un peu distraire de ses émotions.

Si l'enfant n'est pas accompagné de ses parents ou de la personne qui s'occupe de lui, vous pouvez utiliser un jouet comme une marionnette ou un ours en peluche pour la triangulation. Vous pouvez dire : « Ton ours en peluche a l'air fatigué, il a dû marcher beaucoup aujourd'hui. Peut-être qu'il voudrait un peu d'eau. Est-ce que tu veux de l'eau toi aussi ? »



COMPÉTENCES UTILES POUR COMMUNIQUER AVEC LES ENFANTS

7. Apaisement

L'apaisement est l'un des principaux objectifs des 1ers SP. Lorsque les enfants et leurs parents ou les personnes qui s'occupent d'eux sont en détresse, les apaiser est l'une des premières mesures que vous prendrez.

Il y a plusieurs façons de le faire, et cela implique à la fois CE QUE vous dites et COMMENT vous le dites :

Utilisez une voix calme, grave, réconfortante et un langage corporel non menaçant. Si l'enfant ou le parent panique ou semble désorienté, essayez de l'encourager à se concentrer sur les choses non bouleversantes de l'environnement immédiat. Par exemple, essayez d'attirer son attention sur quelque chose que vous pouvez voir ou entendre, avec un parent, vous pouvez commenter un son ou un objet dans l'environnement proche. Aidez le parent ou l'enfant à réduire son sentiment de panique ou d'anxiété en lui demandant de se concentrer sur sa respiration et en l'encourageant à respirer profondément et lentement.

Si un enfant réagit négativement, par exemple par de l'agressivité, vous pouvez essayer de calmer la situation et de valider les émotions de l'enfant et l'encourager à faire face à ce sentiment d'une autre manière. Expliquez à l'enfant que vous comprenez sa colère, mais dites-lui aussi que cela ne l'aidera pas à exprimer les sentiments qu'il ressent. Par exemple, vous pouvez désamorcer un conflit potentiel en disant : « Tu a le droit d'être en colère, mais ne frappe pas les autres quand tu l'es. Je suis là pour prendre soin de toi et pour te protéger, toi et tes amis ».

Un autre moyen de calmer les choses est de rester silencieux et de laisser le temps à l'enfant ou à la personne qui s'occupe de lui de se calmer. Quand ils ont vécu quelque chose de bouleversant, c'est une bonne chose de laisser un espace de tranquillité aux gens.

6. Élaborer des études de cas

Créée par le GROUPE n° _____

Décrivez brièvement l'événement bouleversant : _____

Pensez au nom d'un enfant affecté par l'événement : _____

Pensez au nom de la personne qui s'occupe de l'enfant affecté par l'événement : _____

Donnez des renseignements personnels sur l'enfant et la personne qui s'en occupe : (par ex. si c'est un garçon ou une fille, un homme ou une femme, son âge, son statut matrimonial, etc) :

Enfant : _____

Personne qui s'en occupe : _____

Pensez à un contexte : (par ex. cadre, heure de la journée, environnement privé ou public, présence de personnes autour, etc.)

Énumérez deux réactions que l'enfant peut avoir :

1. _____

2. _____

Énumérez deux réactions que la personne qui s'en occupe peut avoir :

1. _____

2. _____

7. Formulaire de retour d'information sur les jeux de rôle

Nom du participant observé : _____

FORMULAIRE DE RETOUR D'INFORMATION		
Principe d'action et actions	Niveau de réalisation*	Commentaires et exemples Ce qui s'est bien passé ? Ce qui pourrait être amélioré ?
OBSERVER consiste à vérifier si l'aidant a demandé :		
des informations sur ce qui est arrivé et ce qui se produit		
qui accompagnait l'enfant ou s'il était seul		
les risques pour la sûreté et la sécurité		
les blessures physiques		
les besoins élémentaires et pratiques en matière de protection		
les réactions émotionnelles		
ÉCOUTER se rapporte à la manière dont la personne qui aide :		
s'est approché de l'enfant et s'est présenté de la bonne manière		
a calmé l'enfant (et l'accompagnant)		
a prêté attention et écouté activement		
a accepté les réactions et les sentiments de l'enfant et de l'accompagnant		
a interrogé sur les besoins et les préoccupations à l'aide de questions adaptées à l'âge de l'enfant		
aide la ou les personne(s) en détresse à trouver des solutions à leurs besoins et problèmes immédiats		
METTRE EN CONTACT consiste à voir si la personne qui aide :		
a évalué les besoins de l'enfant, si possible avec lui		
a aidé l'enfant à bénéficier de la protection et des services élémentaires dont il a besoin		
a trouvé des solutions à ses besoins et problèmes immédiats		
a abordé les problèmes pratiques		
s'est mise en contact avec les proches et a apporté un soutien social		
a accédé aux services et aux autres formes d'aide		

*) Niveau de réalisation: 2 : Bon résultat ; 1 : Résultat passable ; 0 : Non réalisé

8. Un scénario avec des questions

Scénario

Un autobus transportant des enfants et des enseignants au retour d'un voyage scolaire a eu un grave accident très près du point d'arrivée à l'école, là où le directeur, les parents et les familles l'attendaient. Un enseignant à bord de l'autobus a appelé le directeur pour le prévenir de l'accident. Deux enfants et un des enseignants sont morts et d'autres sont gravement blessés. Lorsque le directeur a annoncé la nouvelle aux parents qui attendaient, ils ont paniqué et sont montés dans leur voiture pour se rendre sur les lieux. Vous avez été appelé pour préparer une équipe à se rendre sur les lieux de l'accident afin de fournir les premiers SP aux enfants, à leurs parents et à d'autres aidants.

Questions

1. Quelles réactions vous attendez-vous à voir sur les lieux d'un accident ?

2. Qui allez-vous aider en premier ? Pourquoi ?

3. Qui d'autre allez-vous contacter pour obtenir de l'aide au besoin ?

Annexe D : Formulaire d'évaluation de la formation

ÉVALUATION DE LA FORMATION AU SUJET DES 1ERS SP AUX ENFANTS					
	Très mauvais	Mauvais	Moyen	Bon	Excellent
1. Dans l'ensemble, comment avez-vous trouvé le contenu de la formation ?					
Commentaires :					
2. Commentaires généraux : Veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes					
2.1 Le contenu de la formation était intéressant et attrayant					
2.2 Les objectifs de la formation ont été atteints					
3. Connaissances et compétences : Veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes					
3.1 J'en sais plus sur les réactions des enfants face à la détresse.					
3.2 Je sais en quoi consistent les premiers secours psychologiques aux enfants et ce qu'ils ne sont pas.					
3.3 Je comprends les trois principes d'action « Observer, Écouter, Mettre en contact » en lien avec les enfants.					
3.4 J'ai pratiqué les 1ers SP auprès d'un enfant et d'une personne qui s'occupe de lui en situation de détresse.					
3.5 J'ai envisagé les réactions et les situations complexes.					
3.6 Je comprends l'importance de prendre soin de soi lorsqu'on aide les autres.					
4. Les éléments suivants m'ont aidé(e) à comprendre					
4.1 Discussions plénières					
4.2 Présentations PowerPoint					
4.3 Exercices de groupes					
4.4 Jeu de rôle					
5. L'animateur(trice)					
5.1 L'animateur(trice) connaissait bien son sujet					
5.2 L'animateur(trice) a présenté le contenu de manière claire et logique					
5.3 L'animateur(trice) avait de bonnes compétences pédagogiques					
6. La formation dans l'ensemble					
6.1 J'ai acquis une meilleure compréhension des premiers soins psychologiques pour les enfants.					
6.2 L'environnement d'apprentissage était inclusif et sûr					
6.3 La durée totale de la formation était adéquate					
7. Quels sont les aspects positifs de la formation ?					
8. Quels sont les axes d'amélioration de la formation ?					