

APRÈS DES MOIS DE CONFINEMENT, COMPRENDRE LES STADES DE LA CRISE À LA LUMIÈRE DE LA PSYCHOLOGIE DE CRISE

DELPHINE PENNEWAERT
PSYCHOLOGUE DE CRISE ET DU TRAVAIL

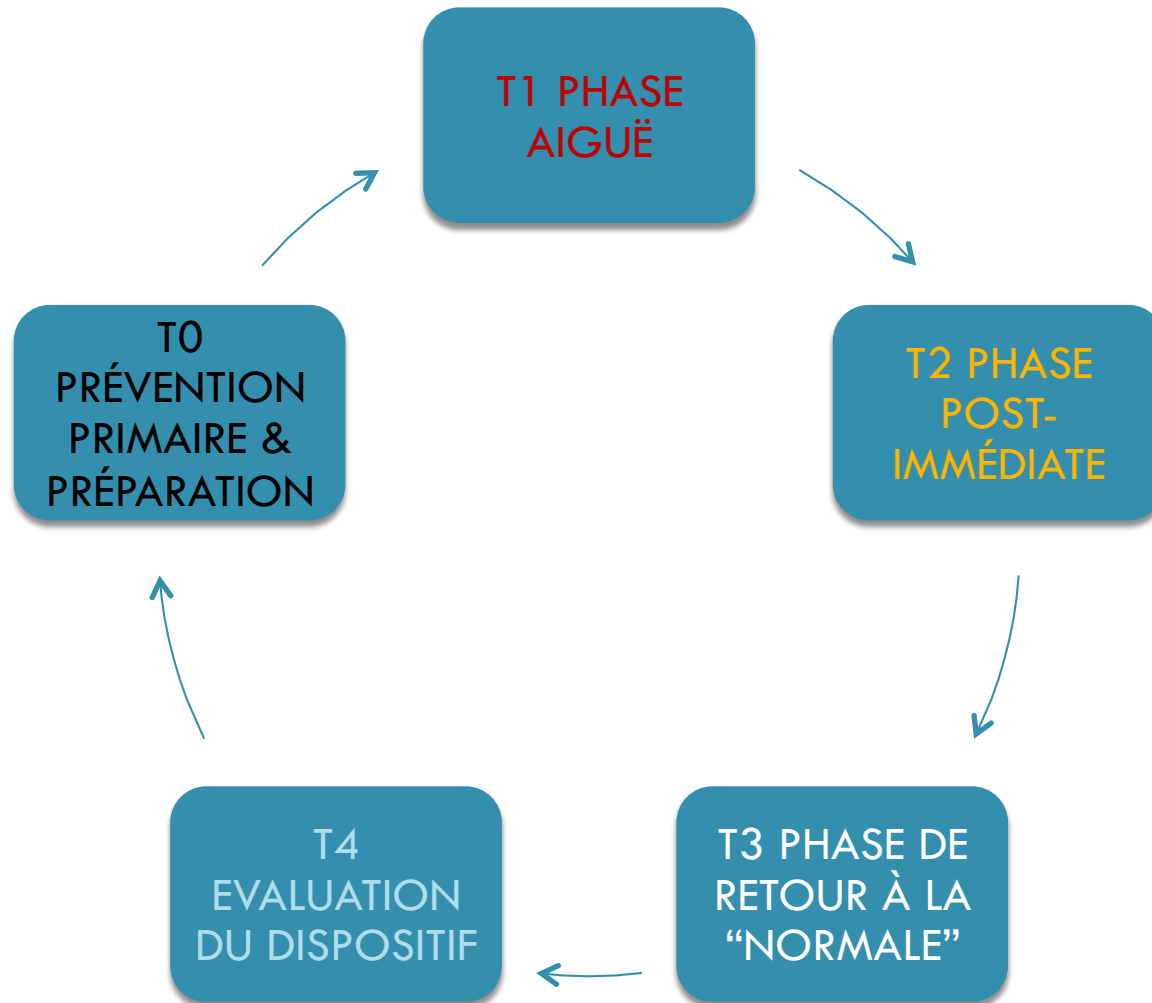


www.ressourcesautravail.be
www.crisalyence.com

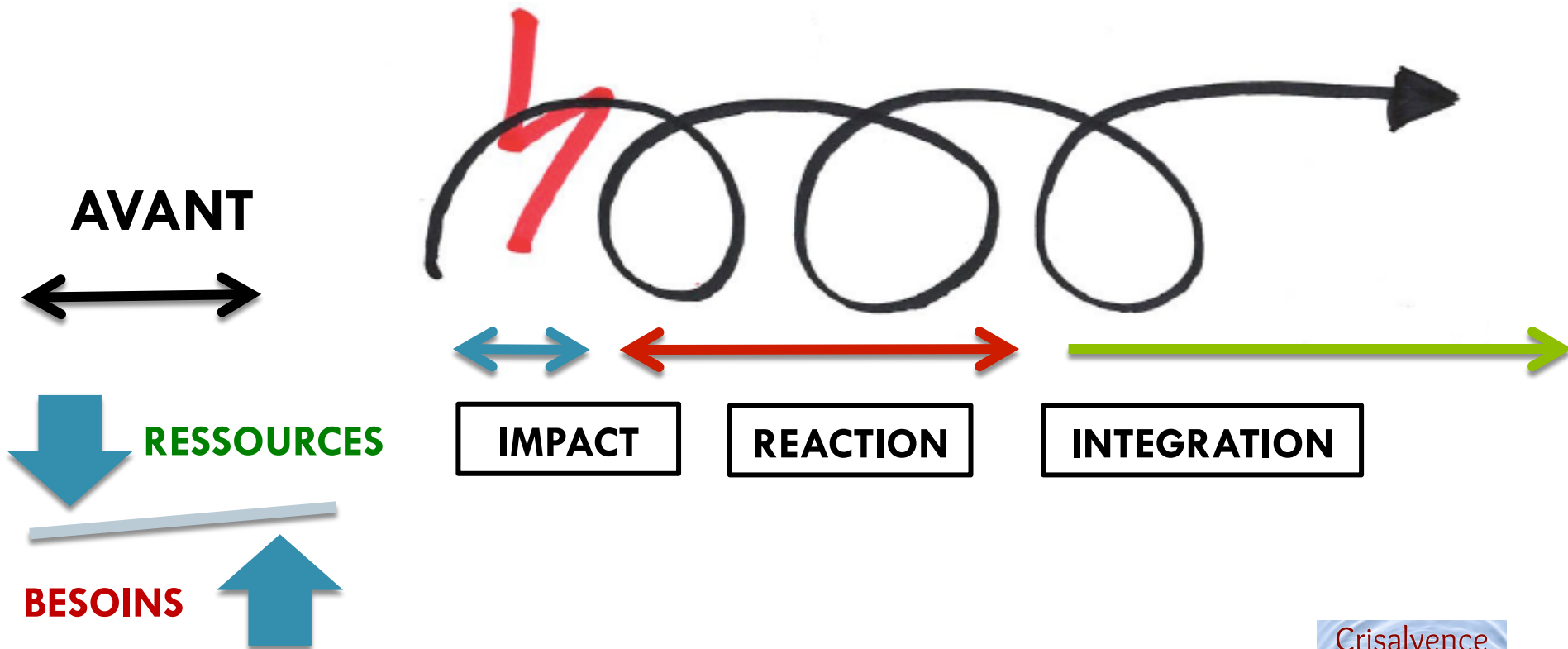
Points de partage

- Les phases? Où en est-on?
- Les vécus: des mots sur les maux
- Des pistes...

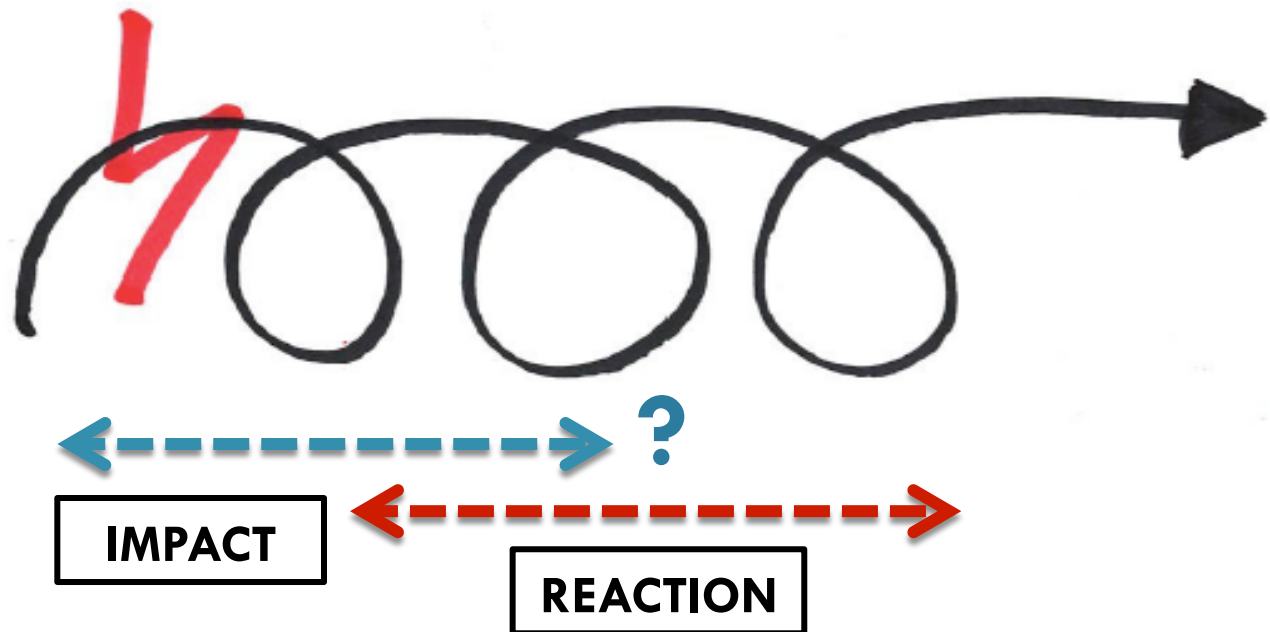
Les temps classiques de la catastrophe



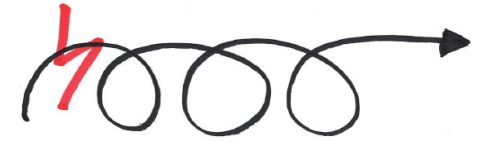
Les temps de la catastrophe du point de vue des vécus



Spécificité de la “catastrophe COVID”



Les temps psychosociaux sous le COVID19 J + 14 mois!



- Phase d'impact toujours au niveau collectif (population)
- Dans le “groupe population” il y a un groupe d'individus “COVID-critique”
 - ▣ Maladie++
 - ▣ Décès
 - ▣ Pertes++
- La frontière “aidants” – “victimes” de la catastrophe n'existe pas: tous “impliqués directs”
- Déséquilibre besoins-ressources de fait
- Phase “impact par à-coups” (vision CT)

Les maux d'aujourd'hui

- Sont les maux...
 - ▣ De l'usure: "fatigue pandémique"
 - ▣ Du découragement
 - ▣ De l'impuissance
 - ▣ De détresse
 - ▣ Du désespoir
 - ▣ Des deuils multiples au rythme des "mesures à-coups"

Les pistes

- ❑ Sortir de la sidération
- ❑ Lutter contre l'impuissance
- ❑ S'ajuster avec courage oui, se suradapter non!
- ❑ Regarder et écouter AILLEURS



- ▣ Sortir de l'immédiat pour le MT et LT
- ▣ Penser collectif
- ▣ Penser réseau
- ▣ Donner de l'espace-temps pour accueillir

Les pistes

- Face à la détresse et au désespoir...
 - ▣ Identifier les ressources de soutien
 - ▣ Même sans solution immédiate, (faire) identifier les issues
 - ▣ Accompagner dans les voies de traverses
 - ▣ Accompagner les deuils
- PREVENTION
 - ▣ Psychoéducation
 - ▣ Informations - Traductions

Des clés de la liberté

LIENS

INNOVER

BESOINS

RECONNAISSANCE

EQUILIBRE

D'abord avec soi!



Q & R

