



FORMATION

# Psychologische eerste hulp - Handleiding voor mensen in het veld

Omggaan met crisis

Psychosociale risico's

Psychosociale risico's

CODE PRODUIT

E0112

## Thématique

Interventies doen bij mensen die geconfronteerd worden met stressvolle evenementen (agressie, aankondiging van herstructurering, arbeidsongeval) zonder zelf professional in de psychische/medische/sociale sector te zijn.

## Objectifs

- Leren te reageren op een persoon die psychologisch ontredderd is, hem/haar begeleiden met wat belangrijk is om te zeggen/doen voor hulpverlening.
- Kunnen omgaan met een nieuwe situatie, met oog voor de eigen veiligheid en die van anderen.

## Programme

De opleiding neemt een dag in beslag en behandelt volgende thema's:

- Eerste hulp op psychologisch vlak:

- Welke invloed hebben crisissituaties op mensen?
- Gevolgen van crisissituaties.
- Wat is eerste hulp op psychologisch vlak?
- Voor wie, waar en wanneer?

- Hoe handelen (interventiekader)?

- Veiligheid, waardigheid en rechten naleven.
- Op de hoogte blijven van andere noodinterventies.

- Eerste hulp op psychologisch vlak bieden:

- Inlichtingen inwinnen over de situatie.
- Hoe goed communiceren?
- De actieprincipes van eerste hulp op psychologisch vlak:  
waarnemen, luisteren en in contact brengen.
- Mensen die bijzondere hulp nodig hebben.

- Zorgen voor zichzelf en de collega's:

- Hoe zich voorbereiden om te helpen?

- Hoe omgaan met stress: gezonde werk- en leefgewoonten?

- Rusten en nadenken.

## **Méthode**

- Collectieve en interactieve uiteenzetting: theorie, uitwisseling van ervaringen en praktijkoefeningen (rollenspelen en casestudies).
- Groep met minimaal 8 en maximaal 12 personen om uitwisselingen en praktijkoefeningen goed te laten verlopen.

## **Public**

Actoren op het terrein die eerste hulp op psychologisch vlak moeten verlenen:  
vertrouwenspersonen, interne preventieadviseurs, hiërarchische verantwoordelijken, HR-  
mensen...