



LES ESPRITS FORTS S'ENTRAÎNENT D'ABORD

ASO Avant le stress opérationnel est un programme fondé sur des données probantes, spécialement conçu pour le personnel de la sécurité publique et les premiers intervenants. Le programme a été développé par des experts en santé mentale et des psychologues de premier plan afin de fournir une éducation proactive et des outils pratiques aux travailleurs de première ligne pour gérer le stress opérationnel.



74,000+

Les travailleurs de première ligne se sont inscrits au programme ASO

Les données pilotes initiales de la formation intensive BOS ont révélé des améliorations légères, mais statistiquement significatives, des symptômes du SSPT, de la stigmatisation de la santé mentale, du soutien social et de la qualité de vie après la formation*. La recherche se poursuit et de nouvelles données devraient être publiées prochainement. Les tendances émergentes de l'analyse préliminaire suggèrent que les améliorations de la santé mentale rapportées dans l'étude pilote sont également rapportées.

*Stelnicki, A.M., et al., Evaluation of Before Operational Stress: A Program to Support Mental Health and Proactive Psychological Protection in Public Safety Personnel. Front Psychol, 2021. 12: p. 511755.

ASO MODULES

- Module 1: Culture du service opérationnel
- Module 2: Physiologie du stress opérationnel
- Module 3: Marqueurs du stress opérationnel
- Module 4: Impacts cognitifs
- Module 5: Emotions
- Module 6: Changement de comportement
- Module 7: Communication
- Module 8: Empathie et déconnexion / reconnexion fonctionnelle

ASO AVANTAGES

- Sensibilisation à la santé mentale
- Améliore la capacité des participants à reconnaître le stress opérationnel et ses effets
- Fournit aux participants des outils de soutien pour gérer leur propre stress opérationnel
- Renforce la capacité des participants à faire face aux traumatismes

COMMENT CELA FONCTIONNE-T-IL ?



ASO À la demande

- Hébergés sur une plateforme d'apprentissage en ligne sécurisée
- Programme autodirigé que les participants peuvent suivre à leur propre rythme



ASO Salle de classe

- Approche d'apprentissage en classe du programme BOS
- Animé en personne ou en ligne par le biais d'un webinaire



BOS Intensif

- Intervention thérapeutique de groupe de 8 semaines
- en personne

