ÊTRE ÉCLAIREUSE OU ÉCLAIREUR

Profil

Personne qui :

- Est connue dans son milieu.
- Rencontre plusieurs personnes dans son quotidien ou a un rôle de leadership dans sa communauté.
- Est susceptible de rejoindre des personnes qui ne sont pas rejointes par les réseaux de soutien déjà en place.
- Est naturellement portée à aider les autres.
- A une attitude et une écoute bienveillantes ou souhaite améliorer ces qualités.

Être un éclaireur ou une éclaireuse c'est :

- Être à l'écoute des personnes.
- Croire en leur capacité à trouver eux-mêmes les solutions à leurs problèmes.
- Poser les bonnes questions pour les aider.
- Les rassurer à l'effet que c'est normal d'éprouver des difficultés.
- Être attentif ou attentive aux signes de détresse psychologique.
- Faire connaître les ressources qui peuvent les soutenir s'il y a lieu.

Être un éclaireur ou une éclaireuse ce n'est pas :

- Devenir des super-héros ou super-héroïnes.
- Devenir un intervenant ou une intervenante.
- Trouver des solutions aux problèmes des autres.
- Les convaincre qu'ils doivent faire des changements dans leur vie.

L'attitude d'un éclaireur et d'une éclaireuse est :

- Calme
- Respectueuse
- Ouverte
- Présente

Comme éclaireur ou éclaireuse, une conversation réussie c'est une conversation où :

- J'ai été simplement à l'écoute de la personne.
- J'ai lâché prise sur mes propres attentes de résultats.
- J'ai mis de côté mes expériences personnelles.
- J'ai adopté une attitude calme et respectueuse.

Comportements suggérés pour l'éclaireur et l'éclaireuse

- Faire preuve d'une bonne écoute et d'empathie.
- Faire preuve d'ouverture et de respect envers les autres.
- Respecter ses limites et demander de l'aide au besoin.
- Respecter le droit de la personne à ne pas vouloir d'aide.
- Respecter la confidentialité des informations et la vie privée des personnes, sauf si sa sécurité ou celle des autres est compromise.
- Ne pas forcer la personne à raconter son histoire.
- S'assurer d'obtenir le consentement de la personne avant de transmettre ses informations à l'accueil psycho-social du CIUSSS ou à un organisme un organisme communautaire.
- Faire preuve de bienveillance envers soi-même et les autres.
- Adapter son langage à son interlocuteur.
- Ne jamais faire usage de violence.
- Respecter les mesures sanitaires.

Questions ?

Pour faire un commentaire ou poser une question, écrivez à l'adresse :

eclaireurs.eclaireuses.cnmtl@ssss.gouv.qc.ca

Visitez notre site web : https://www.ciusssnordmtl.ca/eclaireurs