

Scénario A : aider un·e collègue

- Vous et votre collègue travaillez dans une unité où quatre nouveaux résident·e·s viennent d'emménager, tous avec des besoins physiques multiples et complexes. De plus, une nouvelle personne vient d'être embauchée et suit votre collègue dans le cadre du programme d'intégration dans l'organisation. Votre collègue a arrêté de passer du temps avec vos amis au travail pendant les pauses repas. Cette personne mange par lui-même, et parfois, ne mange pas du tout.
- Hier, vous avez remarqué que votre collègue, en administrant des médicaments, a dit à plusieurs résident·e·s de se dépêcher et d'arrêter de vous poser questions.
- Lorsque vous avez approché votre collègue pour discuter de ce que vous avez constaté, sa réplique était : « Pourquoi est-ce important? Mon travail n'est pas remarqué de toute façon. Tout le monde irait bien mieux sans moi ».

Questions

1. Quels sont les signes ou indicateurs manifestés par cette personne?

2. Où cette personne pourrait-elle se trouver sur le continuum de la santé mentale (vert – en santé; jaune – en réaction; orange – blessé·e; rouge – malade)?

3. Comment l'approcheriez-vous? Que pourriez-vous dire ou faire?

Scénario B : aider un·e collègue

- Vous et votre collègue travaillez en soins de la santé. Votre collègue travaille aussi dans un autre centre de soins de longue durée. Les deux endroits ont des problèmes d'effectifs, et votre collègue acceptée régulièrement de faire des heures supplémentaires. En rentrant au travail, votre collègue vous dit se sentir épuisé.
- Cette personne ne parle plus aux résident·e·s en effectuant ses tâches. Pendant les réunions d'équipe, vous avez remarqué que votre collègue regarde dans le vide et demande souvent aux autres de répéter l'information déjà donnée.
- Lorsque vous avez approché votre collègue au sujet des changements que vous avez remarqués, sa réplique était : « Je ne sais pas pourquoi je me présente. Tout le monde irait bien mieux sans moi. »

Questions

1. Quels sont les signes ou indicateurs manifestés par cette personne?

2. Où cette personne pourrait-elle se trouver sur le continuum de la santé mentale (vert – en santé; jaune – en réaction; orange – blessé·e; rouge – malade)?

3. Comment l'approcheriez-vous? Que pourriez-vous dire ou faire?

Scénario C : aider un·e collègue

- Vous êtes gestionnaire d'un département dans une résidence de soins de longue durée. Votre collègue est gestionnaire dans un autre département. Dernièrement, votre collègue se trouve souvent en retard dans son horaire. Cette personne, essaye constamment de gérer les pénuries de personnel, et il y a eu récemment des retards de livraison de fournitures médicales et d'entretien ménager.
- Votre collègue reçoit des appels des familles des résident·e·s, qui veulent s'impliquer davantage dans les soins de leur proche. D'après une récente conversation, votre collègue pense que les choses ne feront que s'empirer et évite de passer du temps avec sa famille.
- Lorsque vous avez approché votre collègue pour discuter de ce que vous constatez, sa réplique était : « Je ne peux pas continuer de cette façon. Tout le monde irait bien mieux sans moi. »

Questions

1. Quels sont les signes ou indicateurs manifestés par cette personne?

2. Où cette personne pourrait-elle se trouver sur le continuum de la santé mentale (vert – en santé; jaune – en réaction; orange – blessé·e; rouge – malade)?

3. Comment l'approcheriez-vous? Que pourriez-vous dire ou faire?

Scénario A : les quatre grandes stratégies

- Vous êtes ludothérapeute dans un centre pour des résident·e·s présentant une démence. Plusieurs résident·e·s ne viennent plus aux activités de groupe, peu importe l'encouragement que vous leur donnez. Vous vous retrouvez parfois à penser « à quoi bon? ».
- Un membre de la famille de l'un·e de ces résident·e·s a indiqué vouloir vous parler. Vous ressentez beaucoup d'anxiété à propos de cette conversation. Vous pensez que cette personne est fâchée contre vous. Ces derniers soirs, vous avez bu quelques verres de vin pour vous aider à vous endormir.

Questions

1. Quels signes et indicateurs avez-vous remarqués?

2. Où pourriez-vous être sur le continuum (vert – en santé; jaune – en réaction; orange – blessé; rouge – malade)?

3. Laquelle des quatre grandes stratégies vous semblerait utile dans cette situation et dans quel ordre?

4. Et si un·e collègue, un·e membre de la famille ou un·e ami·e vivait ces expériences? Que pourriez-vous faire ou dire?

Scénario B : les quatre grandes stratégies

- Vous travaillez au service de restauration et avez beaucoup d'expérience. Vous venez de changer de lieu de travail pour être plus près de chez vous. Vous avez reçu très peu de formation spécifique au site au nouveau centre de soins de longue durée où vous travaillez.
- Vous vous inquiétez constamment de faire des erreurs. Depuis que vous avez commencé votre nouveau travail, vous ne mangez qu'un repas par jour. Lorsque vous arrivez au travail, votre première pensée est que c'était une erreur de changer de travail.
- Vous avez un bilan avec votre gestionnaire la semaine prochaine, et vous ressentez beaucoup de nervosité à ce sujet.

Questions

1. Quels signes et indicateurs avez-vous remarqués?

2. Où pourriez-vous être sur le continuum (vert – en santé; jaune – en réaction; orange – blessé; rouge – malade)?

3. Laquelle des quatre grandes stratégies vous semblerait utile dans cette situation et dans quel ordre?

4. Et si un·e collègue, un·e membre de la famille ou un·e ami·e vivait ces expériences? Que pourriez-vous faire ou dire?

Scénario C : les quatre grandes stratégies

- Vous dirigez le service de restauration d'un grand centre de soins de longue durée. Demain après-midi, vous devez participer à une réunion régionale mensuelle. Tout ce à quoi vous pouvez penser, c'est la quantité de travail que vous devrez rattraper et le fait que vous ne serez pas là pour aider votre personnel pendant les repas.
- Vous gérez constamment des situations d'effectif. Vous devez régulièrement aider votre personnel pendant les repas pour que tout soit fait à l'heure. Vous avez remarqué que vous avez été impatient avec votre personnel récemment, les interrompant lorsqu'ils vous posent des questions.
- Lorsque vous rentrez au travail, l'épuisement vous rattrape. Souvent, à la fin de la journée de travail, vous pensez : « je n'en peux plus ».

Questions

1. Quels signes et indicateurs avez-vous remarqués?

2. Où pourriez-vous être sur le continuum (vert – en santé; jaune – en réaction; orange – blessé; rouge – malade)?

3. Laquelle des quatre grandes stratégies vous semblerait utile dans cette situation et dans quel ordre?

4. Et si un·e collègue, un·e membre de la famille ou un·e ami·e vivait ces expériences? Que pourriez-vous faire ou dire?