

CONSEILS PÉDAGO'



Que faire quand les étudiant.e.s préfèrent parler à leur direction de recherche plutôt qu'à un.e professionnel.le de santé mentale ?

L'étudiant.e veut parler à vous, pas au psy

Votre doctorant.e en détresse veut vous parler pendant 2 heures au lieu d'aller voir un.e professionnel.le de santé mentale. Vous n'êtes pas formé.e, ce n'est pas votre rôle, mais vous ne voulez pas le/la rejeter.



Protocole

- Quelques étapes simples
- Protège vos limites tout en aidant l'étudiant.e

Résultat : l'étudiant.e repart avec un plan concret et vous restez dans votre rôle professionnel.



Plan de cette capsule

01

**Évaluer le
niveau
d'urgence**

02

**Protocole à
mettre en
place**

03

Vos ressources

Évaluer le niveau d'urgence

Si la détresse est grande, utilisez ces questions fermées et/ou observez les indicateurs de risque immédiat.



PAEE - 1 855 612-2998
LIGNE SUICIDE - 1 866-APPELLE
URGENCES - 911



Idées de se faire du mal ou de faire du mal à autrui ?
(Oui/Non)



Grandes difficultés à fonctionner (ex. désorganisation majeure, panique sévère, l'étudiant.e perd pied) ?
(Oui/Non)



Contexte de risque immédiat (intoxication, menace, disparition, message suicidaire écrit) ?
(Demander des clarifications)

PROTOCOLE - Début de trimestre

ÉCOUTER SANS PRENDRE EN CHARGE

1. Remercier pour la confiance.
2. Remarquer que ça semble être difficile pour l'étudiant.e
3. Exprimer que l'on prend la situation au sérieux.

EXPLICITER VOS LIMITES PROFESSIONNELLES AVEC DOUCEUR

1. Exprimer son envie d'être présent.e pour l'étudiant.e
2. Parler de nos compétences et nos responsabilités et mentionner le fait qu'on n'est pas formé.e pour ça.
3. Souligner notre rôle, qui est d'accompagner académiquement, mais aussi d'offrir les bonnes ressources quand ça dépasse nos compétences.

L'étudiant.e refuse encore l'aide ?



Rassurer sur sa présence. On n'abandonne pas la relation avec la personne étudiante.



Pratiquer le “Warm handoff” et proposer d’écrire ensemble au courriel d’intervention, puis proposer un suivi.
intervention.sesre@inrs.ca



Lier explicitement l’orientation à son bien-être et à la réussite académique.

Dernier recours - Argumenter !

UTILISEZ UNE MÉTAPHORE

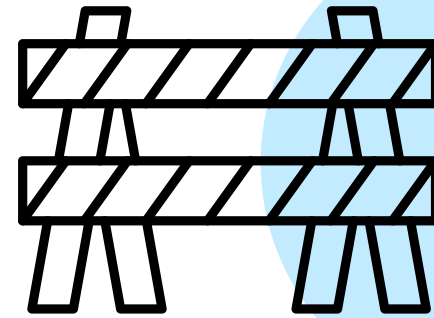
« Tu sais, je ne peux pas vraiment t'offrir le soutien psychologique adapté, car ce n'est pas mon métier, c'est un peu comme si tu demandais à un opticien de soigner un problème de peau. Puis je n'ai vraiment pas envie de te laisser sans une aide efficace alors je te propose d'essayer cette solution et on reprend tout de suite rdv pour voir si ça te convient. »

IDENTIFIER LES FREINS

« Tu sais, je veux vraiment t'offrir la meilleure solution pour te soutenir, et malheureusement ce n'est pas dans mes compétences. Mais dis-moi, qu'est-ce qui te freine le plus pour aller voir un.e professionnel.le ? »

Référez-vous à la première ressource pour trouver les arguments.

Ressources



Liste des freins possibles d'un.
étudiant.e qui ne veut pas voir un.e
professionnel.le



Liste à imprimer des protocoles,
numéros et courriels à avoir sous la
main pour aider les étudiant.e.s



Institut national
de la recherche
scientifique

Service des études supérieures
et de la réussite étudiante

Merci d'avoir visionné cette capsule !

Agatha François-Descroix
pedagogie.sesre@inrs.ca