

Explorer la situation, outiller la sentinelle et offrir une rétroaction

En tout temps, une Sentinelle peut recevoir l'aide de son intervenant.e désigné.e. Ces capsules audio vous font découvrir des exemples variés de communications entre la Sentinelle et le CPSM, qui joue le rôle d'intervenant.e désigné.e dans plusieurs milieux . Lors de ces moments d'échanges, nous vous aidons à explorer la situation tout en vous outillant pour venir en aide à la personne qui ne va pas bien. Nous prenons également soin de vous et restons présent.e.s afin de vous soutenir dans votre rôle de Sentinelle.

Explorer

Dans cette capsule, nous faisons la connaissance de Yasmine, Sentinelle dans un cabinet d'avocats montréalais. Ce matin, dans le stationnement du bureau, elle remarque son collègue Jean-Philippe qui pleure dans sa voiture. Après avoir échangé avec lui, elle décide de communiquer avec sa ressource désignée, le CPSM.

Cliquer ici pour accéder à la capsule audio



Dans cet extrait, portez attention à la façon dont l'intervenante désignée explore la situation avec Yasmine afin de mieux l'accompagner dans son rôle.

Outiller

Dans cette deuxième capsule, voyez comment l'intervenante du CPSM crée un climat bienveillant, basé sur la confiance. Elle soutient la Sentinelle et prend le temps d'outiller Yasmine pour l'aider à remplir pleinement son rôle.

Cliquer ici pour accéder à la capsule audio



Offrir une rétroaction

Dans cette dernière capsule, Yasmine recontacte le CPSM quelques jours après son premier appel pour assurer le suivi de la situation.

Soyez attentifs à la manière dont l'intervenante l'accompagne dans les dernières étapes, tout en lui offrant un soutien bienveillant.

Cliquer ici pour accéder à la capsule audio



Dans ce dernier enregistrement, Mathilde, l'intervenante désignée du CPSM, offre de la rétroaction à Yasmine et prend le temps d'explorer la situation avec elle. Le CPSM prendra ensuite le relais de l'intervention.

Pour réviser les informations à transmettre à votre intervenant.e désigné.e, référez-vous au module 7 de votre cahier du.de la participant.e.

En tant que Sentinelle, il est essentiel de bien comprendre votre rôle et ses limites.

Votre mission n'est pas d'intervenir directement, mais de :

- Écouter la personne avec attention et bienveillance
- Identifier les signes de détresse
- Orienter vers les ressources appropriées

Rappelez-vous qu'il est tout aussi essentiel de veiller à votre propre bien-être.

Évitez de dépasser votre zone de confort et de vous placer dans une situation difficile à gérer seul.e.