

Être capteur C'est faire la différence

Soulignons l'engagement et la bienveillance du réseau des capteurs au sein du CISSS des Laurentides. Être capteur, c'est aussi la fierté et la satisfaction d'apporter un soulagement à la détresse psychologique. Prenez trois minutes pour lire des témoignages partagés par quelques-uns de nos capteurs.

Il y a parfois des situations au travail et entre collègues qui engendrent un trop plein d'émotions. On vient me voir pour souffler et ventiler. Souvent, ça se termine par un sourire, car les personnes se sentent écoutées.

Suite à la captation d'une collègue, je lui ai envoyé une fois par semaine des phrases à méditer et elle a beaucoup apprécié en me disant que ces petits messages étaient un rayon de soleil dans ses journées.

Je fais beaucoup d'écoute active auprès de collègues qui vivent de la détresse ponctuelle face à des situations dans leur vie. Je leur propose différentes ressources, outils et liens pour les supporter.

Fier
d'être
capteur 

J'ai une collègue qui m'a interpellé afin de me remercier d'une discussion que nous avons eue en début de pandémie. Elle m'a dit que cette conversation l'avait grandement aidée et lui avait permis de prendre soin d'elle et d'aller chercher l'aide dont elle avait besoin.

Une collègue doutait de ses compétences suite à des changements dans l'équipe. Ensemble, nous avons fait le bilan de tout ce qu'elle avait réalisé avant et dressé la liste des points positifs et négatifs. Il s'avère que les positifs étaient prédominants. Ça lui a fait du bien et l'a apaisée.

J'ai reçu la femme d'un de mes patients qui était au bloc opératoire suite à une tentative de suicide. J'ai pris le temps de m'asseoir avec elle pour lui parler et l'écouter, car elle était en choc. Je me suis senti outillé pour le faire grâce à la formation.

Quand je suis au poste de l'assistante la nuit, il m'arrive de capter mes pairs. Lorsqu'il y a un manque de personnel pour la nuit, cela peut créer un sentiment de surcharge et des émotions. La formation capteur m'a donné les outils pour ouvrir le dialogue et offrir du soutien.

Grâce aux rencontres de la communauté de pratique, je peux échanger avec mes collègues capteurs et garnir mon coffre à outils. L'équipe de soutien psychosocial nous rappelle aussi l'importance de prendre soin de nous en premier.

Merçi
à tous nos capteurs