

ANNEXE D

Conseils pour aider les membres ayant un problème de santé mentale

À faire

- Sensibiliser les membres du syndicat aux problèmes de santé mentale.
- Éliminer le harcèlement au travail.
- Écouter attentivement et avec respect.
- Reconnaître les symptômes de problèmes de santé mentale afin de mieux appuyer les membres et de les diriger vers les ressources appropriées.
- Connaître les services et recours au travail et dans la localité pour les membres ayant un problème de santé mentale.
- S'assurer que les membres connaissent leurs droits.
- Voir si le membre est capable d'agir; sinon, recourir à un professionnel de la santé pour améliorer l'état du membre et s'assurer qu'il est protégé au travail.
- Aider les membres à s'y retrouver dans les divers systèmes et moyens de recours, y compris leurs propres obligations (par exemple, certificats médicaux).
- Mettre à profit les compétences du syndicat pour élaborer des plans d'adaptation concrets.
- Demander des prolongations, des délais pour le membre, au besoin.
- Aider la personne salariée à accepter qu'elle a besoin de mesures d'adaptation.
- Faire tout en son possible pour atténuer ses conflits et son stress.
- Respecter le caractère confidentiel des renseignements personnels du membre, à moins qu'il soit un danger pour lui-même ou les autres.
- Se montrer flexible.
- Donner le bénéfice du doute au membre, qui devrait savoir ce qui lui convient le mieux.
- Respecter la dignité du membre.
- Consigner toutes les interactions avec le membre ou l'employeur.
- Demander de l'aide au besoin.

À éviter

- Présumer savoir ce qui est mieux pour le membre.
- Divulguer de l'information confidentielle.
- Coller une étiquette ou un stéréotype aux membres ayant un problème de santé mentale.
- Agir comme conseiller ou thérapeute auprès de la personne.
- Imposer au membre des solutions ou des résolutions.
- Chercher des solutions miracles.
- Se montrer inflexible.
- Parler au membre avec condescendance.
- Tolérer les attaques ou la discrimination contre le membre.
- Négliger les occasions de sensibiliser les membres aux problèmes de santé mentale.
- Cesser d'aider le membre parce qu'il se montre difficile ou peu coopératif.