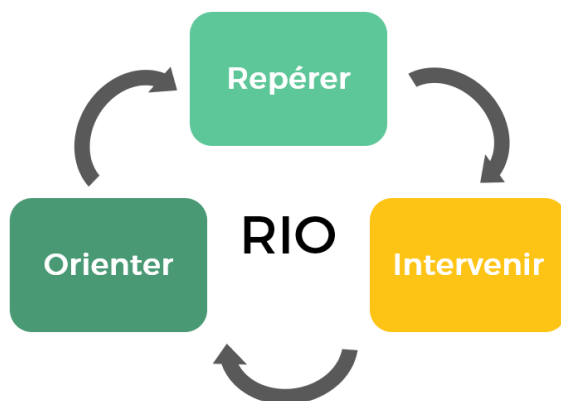


# Comprendre la détresse des personnes étudiantes



## Repérer

### Physique

- Fatigue
- Tensions musculaires
- Maux de ventre
- Soins négligés
- Insomnie

### Comportement

- Agitation
- Agressivité
- Changements soudains
- Consommation (alcool, drogues)
- Isolement

### Émotion

- Anxiété
- Colère et irritabilité
- Découragement
- Tristesse

### Pensées

- Dévalorisation
- Difficultés de concentration
- Sentiment de débordement
- Indécision
- Blancs de mémoire

## Intervenir

1

### Accueillir

- Refléter l'émotion.
- Posture calme - assurée.
- Mettre ses limites si trop intense.
- Vérifier si c'est le bon moment pour accueillir (pour moi ou l'étudiant.e).

2

### Résumer

- Bien résumer le problème et le besoin.
- Démontrer qu'on a bien compris le problème.
- Ajuster au besoin.

3

### Suis-je la bonne personne?

- Si oui :**
- Analyser selon les limites et contraintes et décision.
- Si non :**
- Trouver la bonne ressource.
  - Référer avec bonnes indications.

4

### Mesurer la réception de l'intervention

- Peux-tu me résumer ce que tu as compris (la décision et les raisons)?
- Comment repars-tu à la suite de notre échange?

## Orienter

➤ Services aux étudiants

➤ Bureau de prévention de traitement des plaintes

➤ Service de prévention et protection  
**819-376-5050**

