

## PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉ(E)S: PAE



Brenda Abud-Lapierre est la coordonnatrice du Ministère en matière du Programme d'aide aux employé(e)s. Brenda a été formée en psychologie clinique. Avant de se joindre au Gouvernement fédéral, elle a travaillé deux ans comme psychologue scolaire et cinq ans comme psychologue-thérapeute dans un centre de réadaptation pour alcooliques et autres toxicomanes. Elle a ensuite travaillé six ans pour Santé & Bien-Etre Canada à titre d'Expert-Conseil régional en PAE, d'abord à Halifax et ensuite à Ottawa.

### Qu'est-ce que le PAE?

Le PAE a pour mandat d'aider les employé(e)s et les membres de la famille qui éprouvent des problèmes personnels. Le programme aide aussi les superviseurs et les gestionnaires qui ont à gérer des employé(e)s dont la performance est affectée par des problèmes personnels.

### Quel genre de problèmes peut-on avoir à résoudre dans le cadre du PAE?

Les problèmes reliés au stress, à la vie de famille, aux préoccupations affectives, juridiques, financières ou à l'alcoolisme et autres toxicomanies.

### A qui le programme est-il destiné?

Tous les employé(e)s et les membres de leur famille immédiate qui sont préoccupés par des problèmes personnels peuvent demander de l'aide.

Tous les surveillant(e)s qui ont besoin de conseils sur la façon d'aider un(e) employé(e) en difficulté peuvent aussi se prévaloir des services du PAE.

### Comment le programme fonctionne-t-il?

Lorsque vous avez décidé de vous prévaloir des services du PAE, vous n'avez qu'à appeler notre bureau et à prendre rendez-vous. Le rôle de la conseillère est de vous aider à identifier la cause de vos préoccupations, à vous orienter vers une ressource communautaire, si c'est approprié, et ensuite à assurer un suivi. S'il y a plus d'un problème qui vous préoccupe, le Conseiller vous aidera à faire le point et à identifier vos priorités. Si de l'avis de la conseillère, quelques séances de counselling ne suffiront pas à résoudre votre problème, alors elle vous suggérera une ressource communautaire appropriée.

Le Conseiller assurera ensuite le suivi afin de vérifier la qualité des services que vous avez reçus.

### Quand doit-on consulter un conseiller en PAE?

Il y a certains indices qui peuvent vous aider à prendre cette décision. Les indices les plus fréquents sont les suivants: vous vous inquiétez tellement d'un problème que vos activités quotidiennes en sont affectées; vous passez beaucoup de temps à essayer de persuader les autres qu'"il n'y a pas vraiment de problème", que "ce n'est rien"; vous vous sentez constamment vidé(e), épuisé(e) et vous êtes souvent malade.

### Qu'est-ce qui empêche les gens d'aller chercher l'aide dont ils ont besoin?

Généralement, ce sont de fausses idées comme: "Les gens qui ont besoin de counselling sont des faibles", "Demander de l'aide, c'est avouer son échec" et "Ce ne sont que des fous qui voient des psychiatres, psychologues, etc..." Que de fausses idées! A vrai dire, il faut beaucoup de courage moral pour demander de l'aide. Vous arriverait-il de penser que quelqu'un qui demande de l'aide pour son diabète est un faible? Ou encore de demander au garagiste de réparer sa voiture c'est avouer son échec? Probablement que non. Alors pourquoi ne pas avoir la même réponse face à ceux qui vivent des problèmes personnels. La prise de conscience de ses limites n'est-elle pas la première étape dans la solution du problème?

### Le programme est-il confidentiel?

Toutes les communications faites auprès des responsables du programme sont confidentielles. Le fait de demander de l'aide ne compromettra pas votre carrière au Ministère.

Avec qui devez-vous communiquer pour demander des services?

Que vous soyez situé(e)s à l'administration centrale, dans les régions ou dans les missions, les personnes suivantes pourront vous offrir des services:

**Brenda Abud-Lapierre, coordonnatrice en PAE, (613) 992-6167 ou Marjorie Caverly, Conseillère en PAE, (613) 992-1641**