Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Québec

Centre d'expertise sur le bien-être et l'état de santé physique des réfugiés et des demandeurs d'asile
Direction des affaires académiques

COVID-19 et intervention : se mobiliser face à la peur et l'incertitude

1 LA PEUR
peut engendrer des mécanismes de protection

Rester chez soi ?

+ Sentiment de **sécurité**
  - impression d'absence de risque
  - proximité de la famille

− Cercle vicieux d'**inquiétude**
  - l'évitement maintient la peur
  - la peur peut être paralysante

Aller travailler ?

+ Sentiment de **contribution**
  - bénéfices pour les usagers
  - appartenance à une équipe

− Source de **tensions**
  - prise de risque (attention à l'héroïsme)
  - au sein des familles, équipes, institutions
  - limites du télétravail (confiance, confidentialité)

L'intervenant peut se sentir tiraillé entre ces états

Se garder informé ?

+ Comportement **rassurant**

− Sentiment d'**instabilité**
  - trop d'information peut augmenter la détresse psychologique
  - directives, mesures, protocoles changent continuellement

2 L'INCERTITUDE
fragilise nos savoirs et nos pratiques

3 L'ACTION
peut susciter des tensions

© CERDA, CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal, avril 2020.