

AUX COACHS D'ESTRADES QUI JOUENT AUX CONSEILLERS EN EMPLOYABILITÉ!

Vous connaissez une personne qui a perdu son emploi, vous appréciez cette personne et vous avez les meilleures intentions du monde! Alors vous vous dites : « Je vais la coacher et lui prodiguer mes précieux conseils, elle va trouver un emploi en criant lapin! »

Saviez-vous que, malgré toutes vos bonnes intentions et vos conseils, vous pouvez créer l'effet inverse et nuire à la recherche d'emploi de celle ou celui que vous voulez aider? Il faut comprendre que la perte d'emploi est une expérience très traumatisante pour la plupart des gens. C'est un deuil qui fait vivre une panoplie d'émotions intenses qui influencent fortement l'objectivité d'un individu en le rendant plus ou moins réceptif.

La personne peut devenir très émotive et, sans vraiment s'en rendre compte, adopter une vision très sombre et pessimiste du monde pouvant même la conduire à une dépression situationnelle. Donc, le premier conseil que l'on peut donner à une personne qui veut donner des conseils dans ce genre de situation, c'est de faire preuve d'écoute et d'empathie. La personne qui a perdu son emploi se sent souvent dévalorisée et l'estime de soi ainsi que la confiance sont lourdement hypothéquées. Recevoir des conseils lorsque nous n'en avons pas

demandé peut donner l'impression d'être jugé et nourrir un sentiment d'infériorité. Est-ce vraiment ce que vous voulez faire?

Le deuxième conseil que l'on peut donner aux coachs d'estrades bien intentionnés, qui font d'abord preuve d'écoute, c'est de suggérer, à la personne qu'ils veulent aider, d'aller rencontrer un conseiller professionnel en employabilité! C'est souvent moins dérangeant de recevoir des conseils d'un inconnu qui gagne sa vie à faire ça que d'en recevoir d'un proche de la famille, d'un ami ou d'une simple connaissance. Ceci dit, la personne qui est au chômage a tout intérêt à dire ce qu'elle ressent aux gens près d'elle, ceux avec qui elle partage sa vie personnelle. Des sentiments tels que la colère, la peur et la tristesse doivent être exprimés pour pouvoir mieux les apprivoiser.

Le goût d'être un peu seul à la suite d'une perte d'emploi, pour ne pas avoir à répondre aux questions des autres et à devoir se farcir leurs conseils, peut conduire à l'isolement, chose qu'il est préférable d'éviter. Vous pouvez donc aider la personne en respectant son désir d'être seule de temps en temps tout en lui proposant des activités à l'extérieur de chez elle, pour qu'elle évite l'isolement. Remontez-lui le moral, redonnez-lui confiance. Ainsi, vous serez plus qu'un coach d'estrades!



Action Emploi

Mon partenaire vers l'emploi

POUR PLUS D'INFORMATIONS, CONTACTEZ :

Richard Plouffe / Conseiller en employabilité
Action Emploi Saint-Hyacinthe

440, av. Saint-Joseph, Saint-Hyacinthe Qc J2S 8K5
Tél. : 450 773-8888 • Fax : 450 773-7985 • rplouffe@action-emploi.ca