

# Comment orienter une personne en difficulté ?



## De quoi s'agit-il ?

Il n'est pas facile de parler à quelqu'un qui rencontre **des difficultés**.

On a peur de le blesser, de le vexer, d'être indiscret ou de ne pas trouver les mots.

La pudeur et la gêne sont des sentiments naturels lorsqu'on est confronté à la souffrance d'autrui. Comment les dépasser ?



## Qui est concerné ?

L'agriculteur ou sa famille peut avoir besoin d'aide à un moment donné. Tout conseiller ou proche de la ferme peut être témoin de la dégradation de la situation et se sentir impuissant.



## Quand ?

Il est utile d'encourager et **accompagner** la personne dans les démarches d'aide, mais **sans l'obliger**. La personne doit se sentir prête. Parfois elle n'en a plus la force ou l'énergie. Un doux forçage peut alors être nécessaire.

**Se renseigner sur les possibilités d'aide au préalable** permet d'en parler, de laisser la porte ouverte et de saisir l'occasion d'agir quand elle se présente, comme prendre le téléphone pour fixer un rendez-vous.



## Pourquoi ?

Il est plus facile de s'en sortir si des mots sur les difficultés ont été posés rapidement.

Plus la personne s'enlise dans ses problèmes, plus elle s'isolera, aura peur de parler. Il est important de réagir avant que la situation ne mène à un point de non-retour.



## Comment aider ?

**Dites votre inquiétude** lorsque la personne évoque son mal-être.

**Évoquez des personnes qui ont vécu des situations similaires** et se sont adressées à des organismes d'aide. Cela peut dédramatiser la dimension d'appel et le sentiment d'échec qui peut y être associé.

Si la personne évoque des **problèmes de santé**, dites-lui que c'est le moment de prendre soin de soi. Cela est une façon de dire et reconnaître que cela ne va pas et une ouverture à ce que l'aide se mette en place.

**Proposez de prendre contact** avec une personne de **confiance** (médecin traitant, famille ou voisin) pour relayer ce que la personne aura pu vous dire. Ainsi, plusieurs y seront attentifs.

Si vous sentez la situation dangereuse pour la personne ou autrui, un appel aux urgences ou à la police peut être nécessaire. Contrairement à ce que l'on pourrait croire, les personnes sont généralement soulagées qu'une limite soit mise là où elles sont dépassées.

