

Se préparer pour une entrevue

Votre démarche de recherche d'emploi est positive et on vous propose une entrevue? Voici comment vous y préparer!

1. Informez-vous sur l'endroit où vous avez postulé pour en apprendre le plus possible. Allez sur leur site Internet pour savoir quel est la mission de l'organisation et les services offerts, la date de création du service ou de la ressource, quelle clientèle est ciblée, etc.;
2. Habituez-vous à répondre aux questions usuelles sur votre intérêt pour le poste, vos qualités et aptitudes, pourquoi vous plutôt qu'une autre personne, vos réactions face à un conflit, etc.;
3. Sachez le rôle d'un pair aidant et sa spécificité, car il est important de démontrer son apport inestimable mais complémentaire à l'équipe. Sachez que tous les professionnels sont importants et vous devez croire en la force de l'équipe. Il est bien de le mentionner;
4. Préparez-vous à l'avance sur ce que vous êtes prêt à divulguer de votre histoire personnelle de rétablissement. Une bonne méthode pour y arriver est d'écrire pour mettre de l'ordre dans tout ce que vous avez vécu et ce que vous avez utilisé ou mis en pratique pour votre rétablissement. D'ailleurs, lisez sur ce qu'est le rétablissement et faites-vous votre propre définition;
5. Soyez préparé à des questions sur votre capacité de travailler dans un poste à temps complet et des mesures d'accommodement dont vous auriez besoin pour vous sentir le mieux possible. EX : Ne pas travailler de nuit, avoir un bureau fermé pour vous concentrer, etc. En parler n'est pas signe de faiblesse mais bien de connaissance de soi et de maturité. De plus, vous aurez peut-être à répondre à des questions concernant la recrudescence de symptômes, c'est-à-dire que feriez-vous si vous vous sentiez moins bien. Il est alors temps de parler de vos stratégies de rétablissement, de votre suivi avec un professionnel si tel est le cas, etc.;
6. Sachez répondre à des mises en situation à partir de votre vécu. L'auto-divulgaration est un des principaux outils d'intervention du pair aidant et l'employeur cherchera à savoir comment vous l'utiliserez. Soyez bref, évitez l'étalage et ne divulguez que ce qui concerne la problématique soulevée;
7. Gardez à l'esprit quelques questions à poser à l'employeur pour démontrer votre intérêt pour l'organisation et bouclez la rencontre sur une note positive!



Exemples de question sur votre trouble mental :

- Décrivez brièvement votre situation et votre état quand vous étiez à votre plus mal;
- Quelles furent les premières étapes que vous avez franchies dans votre processus de rétablissement ? Quelles ont été les premières démarches que vous avez faites?
- Comment avez-vous trouvé l'espoir et donné un sens à votre vie?
- Si vous aviez à partager votre expérience des troubles mentaux graves à une autre personne utilisatrice de services de santé mentale afin qu'elle puisse s'identifier, que lui raconteriez-vous? Décrivez brièvement quelques exemples de votre histoire en lien avec les troubles mentaux graves. Quels sont vos souvenirs les plus vifs ou les moments les plus profonds de votre rétablissement?
- Pourquoi croyez-vous qu'il est important pour les pairs aidants de raconter leur histoire de rétablissement?