



Counseling professionnel après un procès

La Direction des services judiciaires s'est associée au Programme d'aide aux employés et aux familles (PAEF) du gouvernement du Yukon pour offrir des séances de counseling individuel aux jurés après un procès. Ces séances visent à aider les jurés à faire face aux réactions suscitées par les documents présentés au tribunal. Il

n'est pas nécessaire que les jurés soient des employés du gouvernement pour bénéficier de ce service.

Chaque membre du jury peut obtenir jusqu'à quatre séances gratuites. C'est à eux de décider de participer ou non à une séance de counseling dans le cadre de ce programme. Le fournisseur du PAEF ne déclarera pas qui utilise le service ni ce qui est discuté, sauf si la loi l'exige. Pour les jurés qui travaillent pour le gouvernement du Yukon, les séances offertes dans le cadre du programme ne sont pas prises en compte dans le nombre de séances prévues par leur régime d'avantages sociaux.

Les jurés peuvent bénéficier de ce programme en composant le 867-668-3327 pour prendre rendez-vous afin d'obtenir des services de counseling liés à leur fonction de juré. Les jurés peuvent prendre des dispositions pour obtenir des services de counseling sur d'autres sujets en contactant eux-mêmes le service de counseling de leur choix.

Merci

La participation à un jury est un service public important. Nous vous remercions du temps et de l'attention que vous y accordez.



Informations pour les jurés

Surmonter les réactions courantes suscitées par une expérience hors du commun

Si vous avez des questions sur vos fonctions de juré (par exemple, sur les indemnités versées aux jurés), veuillez nous contacter.



Services judiciaires

Téléphone : 867-667-5365
Télécopieur : 867-393-6212
Courriel : courtservices@yukon.ca
En personne ou par la poste :
2134, 2^e Avenue
Whitehorse (Yukon) Y1A 5H6



**Yukon**



Les fonctions de juré peuvent être stressantes. Chaque personne réagit différemment, mais il est très fréquent de voir apparaître des réactions de stress comme celles énumérées ici.

Les réactions peuvent apparaître durant le procès ou après. Elles peuvent durer quelques jours ou même plus longtemps. Il n'existe pas de durée déterminée concernant ces réactions de stress, mais elles s'estompent généralement plus rapidement avec le soutien de la famille et des proches.

Parfois, les jurés peuvent avoir besoin de l'aide d'un spécialiste en counseling et c'est tout à fait normal. Cette brochure fournit des informations sur un service de counseling visant à aider les jurés à comprendre leurs réactions à l'égard du procès.

Vous pourriez avoir besoin du soutien d'un spécialiste si :

- vous éprouvez des difficultés à remplir vos tâches normalement après un certain temps;
- vous avez l'impression d'être submergé ou de perdre le contrôle;
- vous ne prenez pas soin de vous;
- vos réactions s'intensifient au lieu de s'estomper.

Réactions possibles

Physique

- Insomnie ou cauchemars
- Manque d'appétit ou envie de manger avec excès
- Manque d'énergie
- Maux de tête ou maux de ventre
- Transpiration excessive
- Tension musculaire

Mentale

- Difficulté à se concentrer
- Capacité d'attention réduite
- Perte de mémoire à court terme
- Difficulté à prendre des décisions
- Flashbacks sur des éléments du procès

Émotionnelle

- Anxiété
- Dépression
- Chagrin
- Colère
- Irritabilité
- Incertitude
- Peur
- Besoin de voir son expérience reconnue

Comportementale

- Isolement social ou évitement des activités
- Modification du niveau d'activité
- Consommation accrue d'alcool ou d'autres drogues
- Débordements émotionnels
- Tressaillements soudains
- Hypervigilance

Éléments susceptibles d'aider

- Consommer des aliments sains
- Surveiller sa consommation d'alcool et de caféine
- Faire de l'exercice
- Passer du temps avec des personnes
- Faire part de ses réactions à sa famille ou à ses proches
- Faire des choses qu'on aime
- Suivre un horaire régulier
- Se donner le droit et le temps de guérir



Comment apporter de l'aide en tant que membre de la famille ou que proche

- Passez du temps avec la personne en situation de stress.
- Écoutez-la et accordez de l'importance à ce qu'elle ressent.
- Ne vous sentez pas visé par ses réactions.
- Offrez-lui de l'aide et du soutien.
- Ne laissez pas votre crainte d'aggraver la situation vous empêcher d'offrir votre écoute ou votre aide. Si la personne désire parler, elle le fera; si elle ne le souhaite pas, elle ne le fera pas. Dans l'un ou l'autre cas, elle saura que vous vous souciez d'elle.