

# Psychologie

Le magazine de l'Ordre des psychologues du Québec

volume 30  
numéro 03  
mai 13

QUÉBEC

## Le bien-être psychologique du psychologue

**Trois regards sur  
une première année  
dans la profession**

**La formation continue :  
contextes différents,  
exigences différentes**

en partenariat avec



ORDRE DES  
PSYCHOLOGUES  
DU QUÉBEC

ASSURANCE VIE, SANTÉ ET VOYAGE



## Des assurances qui ont de la personnalité!

Bénéficiez d'un régime d'assurance collective à la carte :

- › Invalidité
- › Maladies redoutées
- › Vie
- › Frais généraux de bureau
- › Médicaments
- › Maladie complémentaire  
(physiothérapie, hospitalisation, soins infirmiers, etc.)
- › Voyage et service d'assistance
- › Soins dentaires
- › Frais d'optique

Appelez-nous pour une soumission :

1 855 256-5185

[www.dpmm.ca/opq](http://www.dpmm.ca/opq)

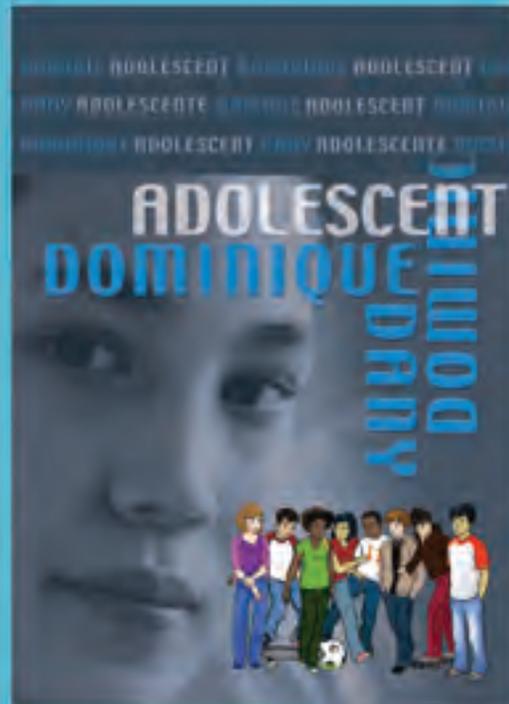
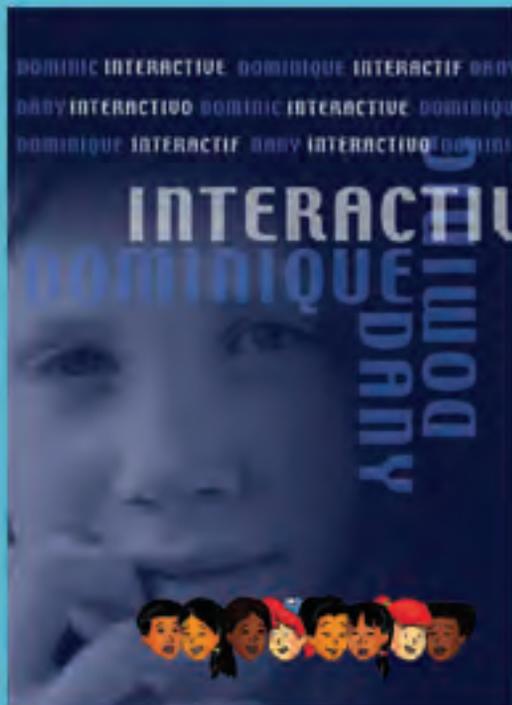


Dale  
Parizeau  
Morris  
Mackenzie

CABINET DE SERVICES FINANCIERS

# Dominique Interactif

Un test indispensable pour évaluer les enfants et les adolescents



#### Un test:

- en interaction directe avec le jeune
- qui sollicite de multiples localisations cérébrales
- qui donne accès à l'univers des jeunes
- qui fournit un profil basé sur le DSM-IV
- entièrement développé et validé au Québec

#### Le test comprend:

- le programme sur CD-ROM ou internet
- des passations sur clé USB ou internet

#### Nous recyclons!

Clé USB retournée = 2 passations gratuites



D.I.M.A.T. INC

TÉLÉPHONE: 1 866 540-9255 • TÉLÉCOPIEUR: 514 482-0806

[WWW.DOMINIC-INTERACTIF.COM](http://WWW.DOMINIC-INTERACTIF.COM)

## dossier p. 22

# Le bien-être psychologique du psychologue

### 22\_ Présentation du dossier

*Dr<sup>e</sup> Christine Smilga, psychologue*

### 24\_ La santé psychologique du psychologue Le point de vue (réconfortant) de Rose-Marie Charest

*Éveline Marcil-Denault, psychologue et journaliste pigiste*

### 29\_ La compétence passe aussi par notre bien-être!

*Dr Michel Roy, psychologue*

### 30\_ Fatigue de compassion et trauma vicariant Quand la souffrance de nos patients nous bouleverse

*Dr<sup>e</sup> Pascale Brillon, psychologue*

## La brochure sur la psychothérapie maintenant disponible en version anglaise

Le penchant anglophone de la petite brochure bleue *La psychothérapie. Se poser les bonnes questions* est arrivé! *Psychotherapy: Asking the Right Questions* reprend exactement le même contenu, en format question-réponse, que la version française : ce qu'est la psychothérapie, qui est autorisé à la pratiquer, comment choisir son psychothérapeute, quand décider de consulter, etc.

Les psychologues qui ont indiqué, lors de leur inscription annuelle, avoir comme langue maternelle l'anglais recevront un exemple de la brochure avec ce numéro. Pour commander des brochures, rendez-vous au [www.ordrepsy.qc.ca/brochurepsychotherapy](http://www.ordrepsy.qc.ca/brochurepsychotherapy). Des frais sont exigés afin de couvrir l'envoi postal. Par exemple, toutes les commandes de 40 brochures et moins vous coûteront 15 \$.

#### Dépôt légal

Bibliothèque nationale du Québec  
Bibliothèque nationale du Canada  
ISSN 0824-1724

Envoi en poste publication,  
numéro de convention 40065731



Ce magazine est imprimé sur un papier certifié Éco-Logo, blanchi sans chlore, contenant 100 % de fibres recyclées post-consommation, sans acide et fabriqué à partir de biogaz récupérés.



**Sources Mixtes**  
Groupe de produits issu de  
forêts bien gérées et d'autres  
sources contrôlées

Cert no. XXX-XXX-000  
[www.fsc.org](http://www.fsc.org)  
© 1996 Forest Stewardship Council



## sommaire

### 07\_ Éditorial

L'honneur de la profession : une responsabilité partagée

### 09\_ Secrétariat général

La supervision : les critères applicables

### 13\_ Pratique professionnelle

La formation continue : contextes différents, exigences différentes

### 16\_ Affaires juridiques

Plus d'efficacité et de transparence en matière de justice disciplinaire

### 20\_ La tournée provinciale tire à sa fin

### 36\_ Vient de paraître

### 41\_ Le catalogue de formation continue, un outil efficace pour magasiner vos formations

### 42\_ Saviez-vous que...

### 44\_ Tableau des membres

### 45\_ Registre des psychothérapeutes

### 48\_ Petites annonces

### 50\_ La recherche le dit

## Psychologie

QUÉBEC

*Psychologie Québec* est publié six fois par année à l'intention des membres de l'Ordre des psychologues du Québec. La reproduction des textes est autorisée avec mention de la source. Les textes publiés dans cette revue sont sous la seule responsabilité de leurs auteurs et n'engagent en rien l'Ordre des psychologues du Québec. L'acceptation et la publication d'annonces publicitaires n'impliquent pas l'approbation des services annoncés. Pour faciliter la lecture, les textes sont rédigés au masculin et incluent le féminin.

**Ordre des psychologues du Québec**  
1100, avenue Beaumont, bureau 510  
Mont-Royal Qc H3P 3H5  
[www.ordrepsy.qc.ca](http://www.ordrepsy.qc.ca)

**Rédactrice en chef** :: Diane Côté

**Comité de rédaction** ::  
Nicolas Chevrier, Christine Smilga,  
Ginette France Thomas

**Rédaction** :: Krystelle Larouche

**Photos** :: **Couverture** : Val Loh / Workbook Stock /  
Getty Images **Page 24** : Alexa Tymocko  
**Page 27** : Stéphanie Rousseau

**Publicité** :: David St-Cyr

**Tél.** :: 514 738-1881 ou 1 800 363-2644  
**Télécopie** :: 514 738-8838  
**Courriel** :: [psyquebec@ordrepsy.qc.ca](mailto:psyquebec@ordrepsy.qc.ca)

**Conception graphique et production** ::  
MichauDesign

**Abonnements** ::

*Membres OPQ* :: gratuit  
*Non-membres* :: 41,97 \$ / 6 numéros (taxes incluses)  
*Étudiants* :: 26,44 \$ / 6 numéros (taxes incluses)

**Dates de tombée des annonces publicitaires** :

Juillet 2013 : 24 mai 2013  
Septembre 2013 : 2 août 2013



**ORDRE DES  
PSYCHOLOGUES  
DU QUÉBEC**

# Des rabais exclusifs? C'est réglé.

**Profitez de 10 % de rabais  
additionnel** sur vos assurances  
automobile, habitation et véhicules  
de loisirs



**OBTENEZ UNE SOUMISSION**

**1 866 551-2641**  
**[lacapitale.com/opq](http://lacapitale.com/opq)**



Demandez une soumission et courez la  
chance de gagner un voyage de **8 000 \$**.

Règlement sur [lacapitale.com/concoursgrupe](http://lacapitale.com/concoursgrupe)



ORDRE DES  
PSYCHOLOGUES  
DU QUÉBEC



**La Capitale**  
Assurances générales

Cabinet en assurance de dommages



**Rose-Marie Charest** / Psychologue  
Présidente de l'Ordre des psychologues du Québec

# Éditorial

## L'honneur de la profession : une responsabilité partagée

**À quoi servent les ordres professionnels? Entre le rôle de policier, dénigré par certains, et celui de protéger leurs membres, décrié par autant d'autres, y a-t-il une réalité? Je crois que oui.**

Lorsque j'ai sollicité un premier mandat comme présidente de l'Ordre des psychologues, il y a déjà 15 ans, j'avais fait valoir que la protection du public n'allait nullement à l'encontre de l'intérêt des psychologues. En effet, non seulement le public souhaite qu'on exerce notre rôle de surveillance, mais les psychologues nous demandent de faire en sorte qu'aucun de leurs collègues ne porte atteinte à l'honneur et à la dignité de la profession.

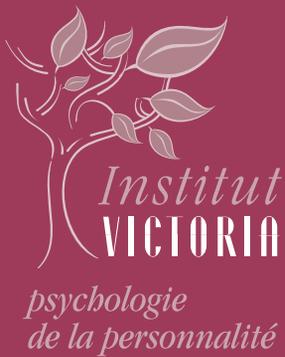
Le présent numéro porte sur le bien-être psychologique du psychologue. Or, si le titre professionnel ne suffit pas à asseoir la confiance en soi, il joue un rôle majeur en ce qu'il lui sert de cadre, voire de support. La valeur du titre de psychologue dépend de chacun de nous et ne peut être assumée par l'Ordre seulement. Chaque psychologue, par ses actions professionnelles, sa compétence et son intégrité, y contribue. Peut-il compter sur l'Ordre pour le supporter? Oui, sans aucune hésitation.

La compétence s'acquiert par la formation initiale, se maintient et se développe par la formation continue. En ce qui a trait à la formation initiale, l'Ordre s'assure que les programmes universitaires permettent l'acquisition, non seulement de connaissances, mais de compétences pratiques, y inclus celles qui concernent l'éthique et la déontologie. La formation continue est dorénavant encadrée pour ceux qui pratiquent la psychothérapie, mais elle a toujours été prônée par l'Ordre et largement fréquentée par les psychologues. Le rôle de l'Ordre ne se limite pas à surveiller que les exigences réglementaires soient rencontrées, mais de permettre aux psychologues d'avoir accès à différentes modalités de formation en fonction de leurs besoins, de s'impliquer dans le développement de compétences réelles, lesquelles contribueront au bien-être du client... et du psychologue.

Pour un psychologue, recevoir un appel de l'inspection professionnelle ou du bureau du syndic, est source de stress et ce, même lorsque cet exercice se conclut sans que ne lui soit adressé quelque reproche. Dans tous les cas, et je me fais le porte-parole tout autant du conseil d'administration que des responsables de l'inspection et des syndics, l'objectif de l'Ordre est qu'il s'agisse ici d'une expérience d'apprentissage. En effet, la réelle protection du public n'existe que si une erreur ou un manquement ne sont pas reproduits. Et la réelle confiance en soi, comme professionnel, réside dans le fait de bien connaître, assumer et respecter le cadre dans lequel on exerce. Personne ne peut vivre confortablement avec le sentiment d'avoir à cacher quelque chose à ses collègues, à son Ordre, voire à lui-même.

L'Office des professions souhaite que les ordres jouent un rôle de prévention de plus en plus élargi. Nous endossons totalement cette philosophie. En effet, bien qu'il faille agir dans l'après-coup lorsqu'une situation problématique a été constatée, cela n'épargne ni au client ni au professionnel des souffrances qui auraient peut-être pu être évitées. L'Ordre mettra donc de plus en plus l'accent sur la formation continue, la supervision, les lignes directrices, les conseils déontologiques et les interventions ponctuelles qui peuvent aider chaque psychologue et, par conséquent la profession, à grandir. Ce faisant, le public n'en sera que mieux protégé.

**Vos commentaires sur cet éditorial sont les bienvenus à :**  
[presidence@ordrepsy.qc.ca](mailto:presidence@ordrepsy.qc.ca)



Des formations  
de qualité dans plus d'une  
centaine d'établissements  
de santé et d'organismes  
communautaires  
depuis 1996

**Documentation disponible  
en ligne ou sur demande**

**Institut Victoria**  
4307, rue Saint-Hubert  
Montréal (Québec)  
H2J 2W6

Téléphone : 514 954-1848  
Télécopieur : 514 954-1849  
info@institut-victoria.ca

**VISITEZ NOTRE SITE WEB !**  
[www.institut-victoria.ca](http://www.institut-victoria.ca)

## ► PROGRAMME DE FORMATION AVANCÉE À LA PSYCHOTHÉRAPIE DES TROUBLES DE LA PERSONNALITÉ

- Date limite de réception des candidatures pour 2013-2014 : 31 mai 2013
- Voyez tous les détails du programme sur notre site web

## ► FORMATIONS 2013-2014

- Troubles de la personnalité : introduction à l'intervention  
**Montréal** 405 \$ (taxes incluses)  
Groupe B les 30 et 31 mai et le 1er juin 2013
- Troubles de la personnalité : introduction à l'intervention (nouveau format 2 jours !)  
**Montréal** 335 \$ (taxes incluses)  
Groupe A les 28 et 29 novembre 2013
- Réadaptation physique et troubles de la personnalité : impacts sur les interventions  
**Montréal** 335 \$ (taxes incluses)  
les 30 et 31 janvier 2014
- La régulation émotionnelle du thérapeute avec la clientèle souffrant de troubles de la personnalité  
**Montréal** 280 \$ (taxes incluses)  
les 16 et 17 mai 2013
- Suicide et troubles de la personnalité : prévention et intervention  
**Montréal** 150 \$ (taxes incluses)  
Groupe B le 24 mai 2013
- Intervention de crise auprès de la clientèle souffrant d'un trouble de la personnalité  
**Montréal** 335 \$ (taxes incluses)  
les 24 et 25 octobre 2013

Nos formations sont reconnues par l'Ordre des Psychologues du Québec pour les crédits de formation continue en psychothérapie

# Secrétariat général

## La supervision : les critères applicables



Stéphane Beaulieu / Psychologue

Secrétaire général

*sbeaulieu@ordrepsy.qc.ca*

De nouveaux critères s'appliquent à l'activité de supervision depuis l'entrée en vigueur du projet de loi 21. On pense ici aux critères pour les stages préparatoires au permis de psychologue; à ceux applicables dans le cadre de la formation continue obligatoire en psychothérapie; à l'évaluation des troubles neuropsychologiques et aux autres activités réservées. La nouvelle réalité des activités réservées vient aussi modifier les critères qui existaient déjà dans le cadre de la formation initiale des futurs psychologues. Des critères existent aussi pour la supervision dans un contexte post-disciplinaire ou dans celui de l'inspection professionnelle. Nous ferons ici le point sur ces différents critères en fonction de leur champ d'application respectif.

### LA SUPERVISION DU FUTUR DÉTENTEUR DE PERMIS DE PSYCHOTHÉRAPEUTE

Le Règlement sur le permis de psychologue<sup>1</sup> encadrant la délivrance du permis de psychologue, dont l'Ordre a la responsabilité, prévoit des critères de formation théorique et pratique. Rappelons au passage qu'à part les psychologues et les médecins, qui n'auront pas besoin d'un permis supplémentaire pour exercer la psychothérapie, les futurs détenteurs de permis de psychologue devront être membres d'un des ordres professionnels identifiés dans la loi. Ils devront aussi détenir un diplôme de maîtrise en santé mentale et relations humaines; cumuler 765 heures de formation théorique et faire un stage de formation pratique supervisé de 600 heures. La nouvelle réglementation prévoit des critères spécifiques pour agir à titre de superviseur dans l'application de cette exigence de formation pratique. Ces critères tiennent compte du fait que plusieurs professionnels exerçaient la supervision avant la date d'entrée en vigueur de ce règlement. Ceux-ci varient selon que le superviseur pratiquait la supervision avant ou après le 21 juin 2012.

Ainsi, dans le cas d'un superviseur qui commence la pratique de la supervision à la psychothérapie après le 21 juin 2012, les critères applicables sont :

- être médecin, psychologue ou titulaire d'un permis de psychologue;
- détenir un diplôme universitaire de maîtrise ou d'un niveau supérieur dans le domaine de la santé mentale et des relations humaines ou d'un doctorat en médecine;

- posséder une expérience clinique de 5 ans dans au moins un des 4 modèles théoriques d'intervention prévus au règlement;
- posséder une formation en supervision.

Si le superviseur pratiquait la supervision de la psychothérapie avant le 21 juin 2012, il doit satisfaire aux critères suivants :

- être médecin, psychologue ou titulaire d'un permis de psychologue;
- posséder une expérience clinique de 5 ans dans au moins un des 4 modèles théoriques d'intervention prévus au règlement;
- avoir supervisé, pendant 1 an, l'exercice de la psychothérapie dans au moins un des 4 modèles théoriques d'intervention.

### LA SUPERVISION DANS LE CADRE DE L'OBLIGATION DE FORMATION CONTINUE EN PSYCHOTHÉRAPIE

Rappelons tout d'abord que la réserve de l'activité de psychothérapie s'accompagne d'une obligation de formation continue pour tous les professionnels qui l'exercent, soit 90 heures de formation continue en lien avec la psychothérapie sur une période de 5 ans (cette période est aussi appelée « période de référence »). La loi prévoit aussi que le conseil d'administration de l'Ordre fixe les modalités encadrant cette obligation. Les Modalités relatives à la formation continue en psychothérapie<sup>2</sup>, adoptées par l'Ordre prévoient que le psychologue ou le détenteur d'un permis de psychologue doit recevoir de la supervision pour une durée minimale de 5 heures pour chaque période de référence. Bien entendu, il s'agit là d'un minimum; les 90 heures de formation au cours d'une même période de référence pourraient être cumulées exclusivement par des activités de supervision.

Ainsi, pour que les heures de supervision soient reconnues comme des activités de formation continue en psychothérapie, les conditions suivantes doivent être respectées :

- la supervision est effectuée par un superviseur habilité à l'exercice de la psychothérapie qui possède une expérience professionnelle dans le secteur d'activités visé par la supervision;
- le superviseur doit s'assurer que le contenu des activités de supervision qu'il offre soit fondé sur les modèles théoriques d'intervention reconnus dans le domaine de la psychothérapie, soit les modèles cognitivo-comportementaux, psychodynamiques, systémiques et les théories de la communication ainsi qu'humanistes;
- un document signé par le superviseur et le supervisé doit être conservé par chacune des parties.

D'autre part, les activités de supervision doivent être en lien avec la psychothérapie et porter sur un des sujets suivants :

- processus et méthodes d'évaluation;
- processus et méthodes d'intervention;
- les facteurs communs (la suggestion, les attitudes du psychothérapeute, le cadre et les attentes du client, la qualité relationnelle et les habiletés de communication);
- les outils critiques (les méthodes scientifiques telles que la recherche quantitative, les statistiques ainsi que la recherche qualitative dont les modèles épistémologiques, entre autres, l'herméneutique et la phénoménologie);
- le développement humain et ses problématiques, la classification des troubles mentaux et la psychopathologie;
- le lien entre la biologie et la psychothérapie incluant la psychopharmacologie;
- les aspects légaux et organisationnels de la pratique de la psychothérapie;
- l'éthique et la déontologie.

## \_LA SUPERVISION DES ACTIVITÉS RÉSERVÉES POUR LE FUTUR PSYCHOLOGUE

Notons d'entrée de jeu que des critères applicables au contexte de la formation doctorale en psychologie existent depuis de nombreuses années maintenant. Ceux-ci sont désormais encadrés par voie réglementaire afin d'autoriser l'étudiant à exercer les activités réservées, depuis l'entrée en vigueur du projet de loi 21. Il s'agit du Règlement sur certaines activités professionnelles pouvant être exercées par des personnes autres que des psychologues et par des psychologues<sup>3</sup>, dont voici les critères au sujet de la supervision :

- le superviseur doit être membre de l'Ordre et, le cas échéant, être habilité à exercer les activités professionnelles qu'il supervise et posséder un minimum de 2 années d'expérience pratique dans le domaine de pratique visé par le programme de formation, par le stage, par l'internat à compléter ou par l'emploi occupé, s'il est titulaire d'un doctorat, et un minimum de 6 années d'expérience s'il est titulaire d'une maîtrise;
- une personne qui est membre d'un autre ordre professionnel peut être superviseure si elle est habilitée à exercer les activités professionnelles qu'elle supervise, si sa compétence et son expérience sont équivalentes à celles exigées du superviseur membre de l'Ordre et si une relation de coopération active et continue est établie entre cette personne et le responsable des activités de formation pratique pour le compte de l'université ou de l'Ordre;

## Formation continue Gestion de la douleur chronique



RA00330-13 / 7 crédits

Formatrice : Marie-Josée Rivard, Ph.D. Psychologue

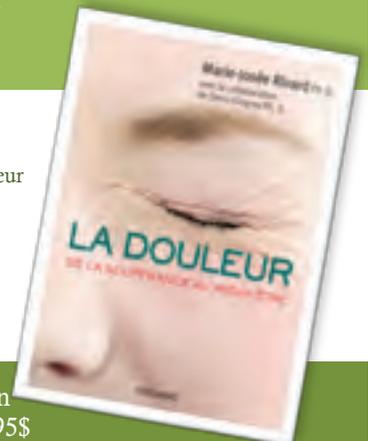
- Spécialiste en gestion de la douleur, Clinique de la douleur McGill
- Présidente de la Société Québécoise de la douleur
- Auteure du livre *La douleur de la souffrance au mieux-être*

Prochaines formations  
en 2013

31 mai : Boucherville  
14 juin : Laval  
11 octobre : Québec  
1<sup>er</sup> novembre : Trois-  
Rivières  
6 Décembre : Montréal

Objectifs de la formation

- Décrire le portrait global de la douleur chronique, ses impacts physique, fonctionnel et psychologique,
- Évaluer et établir un plan de traitement,
- Outiller le client afin qu'il puisse reprendre le contrôle sur sa vie.



Information et inscription : [www.mariejoseerivard.com](http://www.mariejoseerivard.com)  
514-918-2451 / [marie-josée.rivard@videotron.ca](mailto:marie-josée.rivard@videotron.ca)

Frais d'inscription  
200\$ + tx = 229.95\$

- le superviseur ne doit pas avoir fait l'objet, au cours des 3 années précédant la supervision, d'une décision lui imposant, en vertu de l'article 55 du Code des professions (chapitre C-26), un cours ou un stage de perfectionnement ni d'une décision rendue par un ordre professionnel, un conseil de discipline ou le Tribunal des professions ayant eu pour effet de le radier, ou de limiter ou de suspendre son droit d'exercer des activités professionnelles;
- sur demande, le superviseur transmet à l'Ordre les coordonnées de l'étudiant ou de la personne qu'il supervise ainsi que les modalités de supervision qui lui sont applicables.

### LE CANDIDAT AU PERMIS DE PSYCHOLOGUE PAR VOIE D'ÉQUIVALENCE

Précisons que le Règlement sur certaines activités professionnelles pouvant être exercées par des personnes autres que des psychologues et par des psychologues prévoit qu'un étudiant peut exercer des activités réservées dans le cadre d'un emploi pendant ses études doctorales. Il doit cependant le faire exclusivement sous la supervision et être inscrit à un registre tenu par l'Ordre, registre qui précise notamment les coordonnées professionnelles du superviseur.

### LA SUPERVISION DANS LE CADRE DE LA FORMATION À L'ÉVALUATION DES TROUBLES NEUROPSYCHOLOGIQUES

Le règlement ci-haut mentionné s'applique aussi aux personnes formées à l'extérieur du Québec qui formulent une demande de permis de psychologue par voie d'équivalence. Il est fréquent que l'Ordre exige à ces personnes un complément de formation pour satisfaire aux exigences de la profession au Québec avant l'octroi du permis. Cette « mise à niveau » comporte la plupart du temps une exigence de formation pratique supervisée qui suppose que le candidat devra exercer des activités réservées pendant sa formation. Ce règlement les autorise à exercer ces activités sous supervision le temps qu'ils complètent le programme imposé par l'Ordre. Le candidat à l'équivalence peut aussi occuper un emploi pendant qu'il complète la formation exigée par l'Ordre, et ce, au même titre que l'étudiant qui est inscrit dans un programme de doctorat. Les mêmes critères de supervision s'appliquent que dans le cas de la supervision d'un étudiant (tels qu'énumérés plus haut). Lorsqu'il occupe un emploi, le candidat au permis doit lui aussi s'inscrire au registre tenu par l'Ordre.

### LA SUPERVISION DANS LE CADRE DE LA FORMATION À L'ÉVALUATION DES TROUBLES NEUROPSYCHOLOGIQUES

Lorsque la supervision survient dans le cadre d'un programme de la formation universitaire doctorale, tous les critères énumérés plus haut visant les activités réservées s'appliquent, à une différence près. Un critère s'ajoute : le superviseur doit lui-même détenir l'attestation de formation délivrée par l'Ordre confirmant qu'il a satisfait aux exigences de formation pour l'exercice de l'évaluation des troubles neuropsychologiques.

Ce critère s'applique aussi dans le cas d'une supervision auprès d'un psychologue en exercice qui souhaite se former en cours de carrière dans le but d'obtenir l'attestation de l'Ordre pour l'évaluation des troubles neuropsychologiques. De plus, dans ce cas précis, la supervision doit respecter certains critères adoptés par le conseil d'administration de l'Ordre et applicables spécifiquement au psychologue en exercice qui souhaite se former à l'évaluation des troubles neuropsychologiques. En voici les principaux éléments<sup>4</sup> :

- le stage de formation pratique supervisé répond à un cadre précis décrit dans une convention de stage;
- le superviseur doit attester avoir supervisé le travail du stagiaire en cosignant les rapports d'évaluation neuropsychologique produits par ce dernier;
- le superviseur produit un rapport d'évaluation à mi-stage et à la fin du stage. Le document final d'évaluation doit confirmer que le stagiaire a réussi le stage et qu'il détient les compétences requises pour l'exercice autonome de l'évaluation des troubles neuropsychologiques.

### LA SUPERVISION DANS UN CONTEXTE POSTDISCIPLINAIRE OU D'INSPECTION PROFESSIONNELLE

Le Code des professions prévoit que le conseil d'administration d'un ordre peut, sur recommandation du conseil de discipline ou du comité d'inspection professionnelle, obliger tout membre de cet ordre à compléter avec succès un stage supervisé. La supervision dans un tel contexte revêt un caractère particulier, puisqu'il s'agit de corriger une situation à la suite d'un constat d'infraction déontologique (dans le cas d'une décision disciplinaire) ou d'un manque sur le plan de la compétence (dans le cas d'une inspection professionnelle). Dans le cadre de tels mandats de supervision, les objectifs de formation sont fixés par l'Ordre. L'Ordre doit par ailleurs approuver la candidature du psychologue superviseur ainsi que le projet de supervision. Le superviseur doit aussi fournir des rapports (mi-étape et final) à l'intention du conseil d'administration. Voici les critères applicables pour agir à titre de superviseur dans ce contexte précis :

- le superviseur détient une expérience de travail à titre de psychologue de plus de 10 ans;
- le superviseur détient une formation et une expertise professionnelles pertinentes en lien avec les éléments de la recommandation du conseil de discipline ou du comité d'inspection professionnelle;
- le superviseur n'a pas d'antécédents disciplinaires ni de limitations d'exercice liés au contexte de la plainte dont le supervisé a été l'objet;
- le superviseur évite toute situation où il y aurait risque de conflits d'intérêts, ce que peut impliquer notamment d'être (ou d'avoir été) en lien professionnel ou personnel avec le psychologue supervisé.

Comme nous venons de le voir, plusieurs critères balisent l'exercice de la supervision. Ces critères varient selon le contexte dans lequel la supervision se déroule. Le code de déontologie guide le psychologue dans ces activités à titre de superviseur. On pense ici à l'article 10 du Code, qui prévoit qu'avant de s'engager dans la prestation de services professionnels (comprendre ici l'offre de service de supervision) : « [...] le psychologue tient compte de la demande et des attentes du client ainsi que des limites de ses compétences [...] ». En effet, le psychologue ne devrait s'engager dans des mandats de supervision que lorsqu'il a lui-même une expérience pertinente en lien avec l'objet de la supervision.

Depuis plusieurs années, l'Ordre considère que les psychologues ont intérêt à se former à la supervision. Une formation de base à la *compétence supervision* est d'ailleurs maintenant obligatoire dans le cadre des études doctorales menant au permis de psychologue. Le Règlement sur le permis de psychothérapeute prévoit aussi que les superviseurs doivent détenir une formation à la supervision.

La supervision est une activité très particulière qui a ses propres règles et son propre cadre conceptuel et théorique. L'Ordre encourage fortement les personnes intéressées à offrir de la supervision à se former elles-mêmes à cette activité. L'offre de service globale ne s'en trouvera qu'améliorée.

### Notes

- 1 Ce règlement est disponible dans le site Web de l'Ordre.
- 2 Ces modalités sont disponibles dans le site Web de l'Ordre.
- 3 Ce règlement est disponible dans le site Web de l'Ordre.
- 4 Le détail de ces critères peut être consulté dans le site Web de l'Ordre dans la section portant sur l'attestation pour l'évaluation des troubles neuropsychologiques.



## Thérapies brèves et psychologie positive

### Dates supplémentaires à Montréal :

***Approche orientée vers les solutions : compétences de base***

Formation reconnue par l'OPQ : RA00160-12  
13-14 juin 2013

***Approche orientée vers les solutions : compétences de base***

Formation reconnue par l'OPQ : RA00160-12  
5-6 septembre 2013

***Les angles morts du traitement traditionnel de la dépression***

Formation reconnue par l'OPQ : RA00275-12  
4 octobre 2013



**Brigitte Lavoie, M.Ps.**  
Formatrice et superviseure en thérapies brèves, spécialiste en intervention de crise et coauteure de la *Grille d'estimation de la dangerosité d'un passage à l'acte suicidaire*

Détails et inscription : [www.lavoiesolutions.com](http://www.lavoiesolutions.com) 514-241-0510

# Pratique professionnelle

## La formation continue : contextes différents, exigences différentes



Pierre Desjardins / Psychologue

Directeur de la qualité et  
du développement de la pratique  
[pdesjardins@ordrepsy.qc.ca](mailto:pdesjardins@ordrepsy.qc.ca)

Le Règlement sur le permis de psychothérapeute établit en matière de formation continue :

- des exigences liées à l'exercice de la psychothérapie auxquelles doivent répondre les psychologues, les médecins et les détenteurs du permis de psychothérapeute;
- des exigences pour ceux qui demandent le permis de psychothérapeute par la voie des droits acquis.

Dans les deux cas, l'Ordre est légalement tenu de vérifier, de contrôler et d'encadrer ces engagements en formation continue. Le fait que dans les deux cas l'on exige le même nombre d'heures, soit 90 sur une période de 5 ans, peut prêter à confusion et, comme on le verra, donner une fausse impression d'iniquité.

### LES OBLIGATIONS DE FORMATION CONTINUE LIÉES À L'EXERCICE DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

L'article 3 de la section III du Règlement sur le permis de psychothérapeute stipule que :

*Le médecin ou le psychologue qui exerce la psychothérapie et le titulaire du permis de psychothérapeute doivent accumuler au moins 90 heures de formation continue en psychothérapie sur une période de 5 ans.*

*Le médecin doit choisir les activités de formation continue parmi celles prévues au programme d'activités de formation continue en psychothérapie adopté par le Collège des médecins du Québec.*

*Le psychologue et le titulaire du permis de psychothérapeute doivent choisir les activités de formation continue parmi celles prévues au programme d'activités de formation continue en psychothérapie adopté par l'Ordre des psychologues du Québec.*

Cette disposition du règlement a pour but que soit assurée la pertinence des activités de formation continue qui serviront à accumuler ces 90 heures par période de référence. Pour ce faire, l'Ordre des psychologues et le Collège des médecins déterminent chacun son programme d'activités qui regroupera celles qui peuvent être prises en compte dans le cumul des heures. L'Ordre des psychologues, pour répondre à cette obligation, a adopté une résolution qui précise entre autres un ensemble de critères, dont celui rattaché aux modèles théoriques en référence, devant servir à la reconnaissance<sup>1</sup> des activités à inscrire au programme.

Par ailleurs, l'Ordre ne pouvait exiger dès le 21 juin 2012, date d'entrée en vigueur du Règlement sur le permis de psychothérapeute, que les heures de formation continue, pour être comptabilisées, soient rattachées à une activité inscrite au programme, puisque celui-ci était alors inexistant. C'est ainsi qu'a été établie une période de 6 mois, celle-ci ayant pris fin le 21 décembre 2012, où la participation à une activité de formation continue non inscrite au programme pouvait être prise en considération. Les psychologues et les titulaires du permis de psychothérapeute ont eu en effet la possibilité de comptabiliser jusqu'à un maximum de 9 heures de participation à une activité de formation continue non inscrite à la condition qu'elle soit en lien avec l'exercice de la psychothérapie. Ces 9 heures correspondent au prorata sur 6 mois des 90 heures par période de référence de 5 ans.

### DISPOSITIONS TRANSITOIRES POUR LA DÉLIVRANCE DU PERMIS DE PSYCHOTHÉRAPEUTE

La section V du Règlement sur le permis de psychothérapeute établit des dispositions transitoires pour la délivrance du permis à des personnes qui, au moment de l'entrée en vigueur de la loi 21, exerçaient la psychothérapie. Il s'agit de la voie des droits acquis en vertu de laquelle on exige, pour l'obtention du permis, qu'aient été complétées 90 heures de formation continue en psychothérapie au cours des 5 années précédant le 21 juin 2012 ou, à défaut, durant l'année qui suit cette date, soit jusqu'au 21 juin 2013.

Cette exigence vise à assurer que la personne qui fait une demande de permis s'est acquittée de son devoir de maintenir et de développer ses compétences, par un engagement en formation continue, alors qu'elle exerçait la psychothérapie avant l'entrée en vigueur de la loi 21. En l'absence d'un tel engagement, on ne peut délivrer le permis à celui qui le demande en vertu des dispositions transitoires. Par ailleurs, le législateur n'a pas voulu pénaliser ceux qui n'auraient pas complété ces 90 heures de

formation continue entre le 21 juin 2007 et le 21 juin 2012 et il a accordé un délai d'un an, qui se terminera le 21 juin 2013, pour répondre à cette exigence. Il faut souligner que ces 90 heures ne sont pas les mêmes que celles liées à l'exercice de la psychothérapie à compter du 21 juin 2012, ce dont il a été question précédemment<sup>2</sup>. Ainsi, les heures de formation continue réalisées durant la période du 21 juin 2012 au 21 juin 2013 pour répondre aux dispositions transitoires s'ajoutent aux 90 heures<sup>3</sup> que doivent compléter les psychologues, les médecins et les titulaires du permis de psychothérapeute pendant la période de référence du 21 juin 2012 au 21 juin 2017.

### \_SOYONS ÉQUITABLES!

Il aurait été inéquitable d'appliquer a posteriori les règles actuelles de reconnaissance des activités de formation continue en psychothérapie à une période où de telles règles n'existaient pas. Ceux qui demandent le permis de psychothérapeute par la voie des droits acquis doivent démontrer s'être engagés dans des activités

de formation continue qu'ils ont choisies sur la base de critères qui prévalaient avant le 21 juin 2012. On ne peut donc se servir des critères présents pour juger de leur pertinence ou de leur valeur.

Par ailleurs, ceci peut donner lieu à des situations qui peuvent paraître inéquitables de prime abord.

Prenons l'exemple d'une activité de 12 heures qui aurait été offerte entre le 21 juin 2012 et le 21 décembre 2012, soit durant la période de 6 mois suivant l'entrée en vigueur des dispositions du Règlement sur le permis de psychothérapeute. Il s'agirait d'une activité de formation continue liée à l'exercice de la psychothérapie, mais qui ne serait pas inscrite au programme de l'Ordre, donc non reconnue. Est-il possible que parmi l'ensemble des participants à cette activité, certains puissent comptabiliser la totalité des heures, soit 12, alors que d'autres ne pourraient en comptabiliser qu'une portion, soit 9? Oui, dans la mesure où les uns et les autres se seraient engagés dans cette activité

# IPP



## L'Institut de Psychologie Projective

vous offre ses services

**Formation - Supervision - Consultation**

**Odile Husain, Ph.D.  
Mariette Lepage, M.Ps.  
Claudine Lepage, M.Ps.  
Silvia Lipari, M.A.**

En partenariat avec le Centre de Psychologie Gouin, la première année de formation « *Évaluation de la personnalité* » débutera le 15 janvier 2014.

Activité reconnue par l'OPQ.

**Inscription avant le 30 novembre 2013**

[www.psychologieprojective.org](http://www.psychologieprojective.org)  
[info@psychologieprojective.org](mailto:info@psychologieprojective.org)

# PSYCHOLOGUES

## Souhaitez-vous jouer un rôle clé dans le cheminement des enfants ?

Aidez-les à s'intégrer et à se développer, ayez un impact sur leur apprentissage scolaire.

À la CSMB, vous apprécierez :

- le centre d'expertises professionnelles,
- le programme de perfectionnement,
- ne jamais travailler le soir et la fin de semaine (horaire de jour seulement),
- le soutien de l'équipe de professionnels,
- le régime de retraite à prestation déterminée,
- la banque de 7 jours de maladie par année et
- les 20 jours de vacances après une année de travail.

Pour de plus amples renseignements sur la CSMB et pour la description complète de ce poste, visitez le [www.csmb.qc.ca/emplois](http://www.csmb.qc.ca/emplois).

Faites parvenir votre curriculum vitae, en mentionnant le **numéro de référence PQ-MAI13**, par courriel à [cvpne@csmb.qc.ca](mailto:cvpne@csmb.qc.ca).



**Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys, c'est bien plus qu'un emploi, C'EST VOTRE AVENIR !**



La CSMB remercie tous les candidats de leur intérêt. Toutes les candidatures seront traitées confidentiellement. Veuillez prendre note que seules les personnes dont la candidature aura été retenue seront contactées.

La CSMB souscrit au principe d'accès à l'égalité en emploi.

pour répondre à des exigences différentes, soit celles liées à la délivrance du permis de psychothérapeute par la voie des droits acquis et celles liées à l'exercice de la psychothérapie. En vertu du Règlement sur le permis de psychothérapeute, les premiers peuvent en effet comptabiliser la totalité des heures et les seconds, à la limite, ne pourraient comptabiliser aucune de ces heures, puisque l'activité n'est pas reconnue (inscrite au programme). Toutefois, ces derniers ont la possibilité, puisque celle-ci s'est déroulée avant le 21 décembre 2012 (dans les 6 mois suivant l'entrée en vigueur des dispositions), de comptabiliser jusqu'à concurrence de 9 heures cette participation à une activité non inscrite au programme. Mais leur serait-il possible de cumuler tout de même la totalité des heures? Oui, à la condition que le dispensateur fasse après-coup une demande formelle de reconnaissance pour cette activité qui a eu lieu après le 21 juin 2012. En effet, comme on se trouve en début de régime et que tous les dispensateurs ne sont pas nécessairement au fait des exigences réglementaires en matière de formation continue, l'Ordre est prêt à faire exception dans certains cas et demeure ouvert, pour au moins la première année de la période de référence, à reconnaître après-coup des activités de formation continue.

## \_LE PROGRAMME D'ACTIVITÉS DE FORMATION CONTINUE

Avant l'entrée en vigueur des dispositions de la loi 21 sur l'exercice de la psychothérapie, nous avons anticipé de recevoir au cours de la première année environ 300 demandes de reconnaissance d'activités de formation continue. Or, à la fin de mars 2013, près de 400 activités étaient inscrites au programme de l'Ordre et le rythme des demandes se maintenait à environ 5 par semaine. Si la tendance persiste, le programme comptera donc environ 450 activités à la fin de la première année de l'entrée en vigueur du Règlement sur le permis de psychothérapeute.

Nous considérons que le programme, publié sous la forme de catalogue sur le Web, est un outil intéressant qui permet de faire un choix qui tienne compte des besoins particuliers de chacun. C'est ce que nous disent d'ailleurs de plus en plus ceux qui ont l'occasion de consulter le catalogue de l'Ordre. À noter que nous travaillons continuellement à l'amélioration de l'interface Web de ce catalogue afin de rendre son accès et son utilisation conviviaux, fonctionnels et des plus utiles. Bien sûr, tout reste encore perfectible dans un contexte où, pour l'Ordre, tout ou presque est à créer.

Nous vous invitons en terminant à consulter le catalogue de formation continue à l'adresse suivante : [www.ordrepsy.qc.ca/catalogue](http://www.ordrepsy.qc.ca/catalogue)

## \_Notes

- 1 On a l'habitude d'utiliser le terme « accréditation », mais dans ce contexte c'est un anglicisme, puisqu'en français on accrédite des personnes et on agréé ou encore on reconnaît des programmes ou des activités.
- 2 La différence tient entre autres à la période de référence (débutant avant le 21 juin 2012 dans un cas et le 21 juin 2012 dans l'autre) et aux critères de reconnaissance alors que, pour la voie des droits acquis, le seul critère dont le Règlement sur le permis de psychothérapeute fait mention est celui des modèles théoriques d'intervention auxquels rattacher l'activité de formation continue.
- 3 Le nombre d'heures peut varier selon la durée durant laquelle le psychologue, le médecin ou le titulaire du permis de psychothérapeute a exercé la psychothérapie au cours de la période de référence débutant le 21 juin 2012. Ce peut être 90 heures ou moins, toutes proportions devant être respectées.

**PSYCHOLOGUES**  
à la recherche  
d'un milieu **DE VIE**  
**PROFESSIONNEL**, dynamique et agréable?

**Cette offre s'adresse à vous!**

Vous avez envie d'œuvrer dans un milieu dynamique, offrant de nombreuses possibilités d'emploi au sein d'une équipe d'une vingtaine de psychologues soutenue par une coordonnatrice qui croit au service et en valorise l'expertise? La Commission scolaire des Grandes-Seigneuries (CSDGS) a un emploi pour vous!

Découvrez les nombreux avantages professionnels dont vous bénéficierez à la CSDGS en visitant le [www.csdgs.qc.ca](http://www.csdgs.qc.ca) sous la rubrique « Offres d'emploi »



Au plaisir de vous accueillir!

# Affaires juridiques

## Plus d'efficacité et de transparence en matière de justice disciplinaire



### M<sup>e</sup> Édith Lorquet

Conseillère juridique et secrétaire  
du conseil de discipline

*elorquet@ordrepsy.qc.ca*

C'est le 13 février dernier que le ministre de la Justice et ministre responsable de l'application des lois professionnelles, M. Bertrand St-Arnaud, présentait à l'Assemblée nationale le projet de loi 17. Intitulé *Loi modifiant le Code des professions en matière de justice disciplinaire*, ce projet reprend, pour l'essentiel, la plupart des éléments qui étaient contenus au projet de loi 79, mort au feuillet lors de la dissolution de l'Assemblée.

Il vise notamment à répondre aux inquiétudes soulevées par le public, les professionnels et les ordres quant aux délais que mettent certains conseils de discipline à rendre des décisions et au manque de transparence du processus de sélection des avocats nommés présidents des conseils de discipline.

### \_BUREAU DES PRÉSIDENTS DES CONSEILS DE DISCIPLINE

Afin d'améliorer l'efficacité de la justice disciplinaire, le projet de loi prévoit qu'un Bureau des présidents des conseils de discipline sera constitué au sein de l'Office des professions. Il sera composé d'au plus 15 présidents de conseil pour l'ensemble des ordres professionnels, qui exerceront leur fonction à temps plein, dont un président en chef et un président en chef adjoint. À l'heure actuelle, 11 présidents et un président suppléant substituent se partagent 41 ordres professionnels.

Le président en chef, chargé de l'administration et de la direction générale du Bureau, y jouera un rôle particulièrement important. Il aura notamment pour fonctions de favoriser la participation des présidents de conseils de discipline à l'élaboration d'orientations générales en vue de maintenir un niveau élevé de qualité et de cohérence des décisions disciplinaires et de prendre des mesures afin d'accroître la célérité du processus décisionnel. À cet égard, mentionnons que le président en chef, en collaboration avec le secrétaire du conseil de discipline, devra s'assurer qu'à moins de circonstances particulières, l'audience devra débuter dans les 90 jours de la signification de la plainte.

Il devra également consulter les ordres professionnels afin d'évaluer leurs besoins ainsi que coordonner et répartir le travail des présidents, lesquels devront à cet égard se soumettre à ses ordres et directives. Dans la répartition du travail des présidents,

le président en chef pourra tenir compte des connaissances et de l'expérience spécifique de ces derniers, du nombre de plaintes dont ils sont saisis ainsi que des besoins particuliers de certains ordres professionnels. Il sera également chargé de promouvoir le perfectionnement des présidents des conseils de discipline et d'évaluer périodiquement leurs connaissances et habiletés dans l'exercice de leurs fonctions.

Le président en chef présentera annuellement au ministre responsable un plan dans lequel il exposera ses objectifs de gestion pour assurer la qualité et la célérité du processus décisionnel disciplinaire et fera état des résultats obtenus dans l'année antérieure. À cette fin, plusieurs renseignements concernant chaque conseil de discipline seront compilés mensuellement et communiqués au ministre. Lorsque la bonne expédition des affaires le requerra, le gouvernement pourra nommer des présidents à temps partiel pour un mandat fixe d'au plus cinq ans. Enfin, le président en chef pourra faire au ministre des recommandations visant à améliorer le processus décisionnel.

### \_PROCÉDURE DE SÉLECTION DES PRÉSIDENTS DES CONSEILS DE DISCIPLINE

Le projet de loi prévoit que le gouvernement établira par règlement une procédure de sélection. À l'heure actuelle, outre le critère voulant que les avocats aient au moins 10 années de pratique et que le gouvernement consulte le Barreau, la désignation des présidents est sujette à la discrétion gouvernementale.

Or, la procédure de sélection devra prévoir les règles à suivre pour qu'un avocat se porte candidat, la formation d'un comité de sélection chargé d'évaluer l'aptitude des candidats et de fournir un avis sur ceux-ci et, finalement, les critères de sélection sur lesquels reposera cet avis.

### \_CODE DÉONTOLOGIE ET RÈGLES DE PRATIQUE

Parmi les autres éléments importants prévus dans le projet de loi, on retrouve la proposition de soumettre les membres du conseil de discipline à un code de déontologie. Ce code de déontologie serait édicté par règlement du gouvernement après consultation du Bureau des présidents, du Conseil interprofessionnel qui représente tous les ordres professionnels et du Barreau du Québec.

Il énoncera les règles de conduite et les devoirs des membres du conseil de discipline envers le public, les parties, leurs témoins et les personnes qui les représentent. Il indiquera notamment les comportements dérogatoires à l'honneur, à la dignité ou à l'intégrité des membres des conseils de discipline. Enfin, il pourra déterminer les activités ou situations incompatibles avec la charge

qu'ils occupent, leurs obligations concernant les révélations de leurs intérêts ainsi que les fonctions qu'ils peuvent exercer à titre gratuit. Signalons ici que ce code pourra prévoir des règles particulières pour les membres des conseils de discipline autres que le président.

Mentionnons toutefois que l'une des faiblesses de ce projet de loi, pour laquelle le CIQ a fait des représentations en commission parlementaire, est que malgré l'imposition de règles déontologiques il n'y ait pas d'organisme responsable de veiller à leur observance ni de sanctionner leur défaut comme le fait le Conseil de la magistrature ou le Conseil de la justice administrative à l'égard des juges.

Enfin, l'Office des professions pourra, par règlement, après consultation des organismes nommés précédemment, adopter des règles de pratique applicables à la conduite des plaintes soumises aux conseils de discipline.

## \_D'AUTRES MESURES D'ACTUALITÉ

Dans la foulée des travaux de la Commission Charbonneau, le projet de loi vient qualifier spécifiquement d'acte dérogatoire à la dignité de la profession le fait qu'un professionnel participe, dans l'exercice de sa profession, à un acte impliquant de la collusion, de la corruption, de la malversation, de l'abus de confiance, du trafic d'influence ou de la fraude. Il introduit également la possibilité, pour les ordres, de réaliser des enquêtes interordres en précisant que le serment de discrétion prêté par un syndic n'a pas pour effet de lui interdire l'échange de renseignements ou de documents utiles avec les syndicats d'autres ordres professionnels.

Enfin, le projet de loi prévoit que plusieurs plaintes visant plusieurs professionnels pourront être jointes par ordre du président en chef. Devant l'imprécision du libellé, nous ignorons si les plaintes devraient provenir d'un même ordre ou si l'intention du législateur est de prévoir la tenue d'audiences multidisciplinaires, ce dont nous doutons considérant l'économie actuelle du Code des professions.

## MIEUX DÉPISTER ET ÉVALUER LE TROUBLE DÉFICITAIRE DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ (TDA/H) À L'ÂGE ADULTE\*

Comment le différencier des troubles anxieux afin de choisir le traitement approprié?



Marie-Claude Guay, Ph.D.

**MCGUAY**  
Centre de psychologie  
514-721-7904

FRAIS D'INSCRIPTION  
200\$ + TX

UNE ACCRÉDITATION DE 6,5 HEURES DE FORMATION CONTINUE EST  
ACCORDÉE PAR L'ORDRE DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC.

**Lundi, le 7 octobre 2013**

- Connaître l'évolution du TDA/H jusqu'à l'âge adulte
- Connaître les limites de la démarche classique d'évaluation diagnostique du TDA/H
- Connaître les principaux modèles théoriques qui guident la démarche d'évaluation du TDA/H, en appréciant les fonctions attentionnelles et exécutives
- Connaître les outils psychométriques qui permettent une appréciation du fonctionnement attentionnel et exécutif
- Analyses de vignettes cliniques d'adultes présentant un TDA/H

Centre St-Pierre: 1212 rue Panet, Montréal, (métro Beaudry)

Pour obtenir un formulaire d'inscription, écrivez-nous au  
[centrepsychologiemcguay@gmail.com](mailto:centrepsychologiemcguay@gmail.com)

\*Formation réservée  
aux psychologues

# Trois regards sur une première année dans la profession

Quels sont les défis et réalités rencontrés par les nouveaux psychologues en début de carrière, ayant terminé leur doctorat et accumulé plus de 2300 heures de pratique clinique? Trois nouveaux psychologues nous racontent leur expérience et leurs constats en posant des regards nuancés sur leur première année de pratique.

**Par Dominique Paradis, doctorante en psychologie à l'Université de Sherbrooke**



## **Dr Francis Langlois, psychologue**

*Ayant fait de l'intervention auprès des personnes âgées sa spécialité, le Dr Francis Langlois œuvre à l'Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke depuis avril 2012, après avoir travaillé au sein de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal. Il a obtenu son permis en 2011.*

D'emblée, le Dr Francis Langlois affirme que, selon lui, « l'enjeu principal pour un nouveau professionnel est d'arriver, à la fois, à intégrer un milieu de travail existant, à faire du travail de qualité qui va satisfaire et aider le client et le milieu de travail, tout en s'épanouissant et en étant heureux dans ce processus ». Après sa première année de pratique, ce neuropsychologue passionné semble avoir gagné son pari lorsqu'il décrit la contribution qu'il parvient à offrir au quotidien aux clients et à l'équipe ainsi que la complémentarité qu'il considère avoir trouvée entre son travail et sa propre personnalité.

Lorsqu'interrogé sur sa vision du rôle du psychologue auprès de la clientèle gériatrique, le Dr Langlois répond qu'il a été agréablement surpris par les multiples opportunités lui permettant de mettre au service de la clinique ses compétences acquises en recherche. « Je

considère important de contribuer à l'élaboration d'interventions visant à améliorer le fonctionnement quotidien des personnes ayant des atteintes cognitives, comme notamment la maladie d'Alzheimer, car à ce jour il n'existe pas de remède miracle pour eux », explique-t-il en soulignant l'ouverture à l'innovation qu'il a observée dans son milieu.

Ayant été témoin de l'existence de besoins criants et des importants bénéfices des services en psychologie et neuropsychologie pour les personnes âgées, le Dr Langlois affirme toutefois avoir été surpris, lors de son entrée sur le marché du travail, de voir aussi peu de postes existants dans ce secteur. Par ailleurs, bien qu'ayant entrepris ses études en étant conscient des conditions liées à la profession, il a observé une certaine incongruité : « Les psychologues font partie des 11 appellations d'emploi les plus scolarisées de la fonction publique québécoise, mais ils sont du même coup les moins bien rémunérés », selon des statistiques de la Coalition pour l'accessibilité aux services des psychologues dans le réseau public québécois.

Enfin, en tant que nouveau professionnel, Francis Langlois précise que l'un des défis qu'il a rencontrés a été d'apprendre à aménager un équilibre de vie entre le travail et la vie personnelle, afin de renouveler ses énergies une fois arrivé à la maison. Dans un premier temps, « beaucoup d'énergie était consacrée au travail, incluant beaucoup de pensées liées aux cas cliniques hors des heures de travail ». Soulignant que la réalisation d'un doctorat amène souvent à ne pas compter ses heures, en travaillant soirs et week-ends, le neuropsychologue affirme avoir compris que l'équilibre permet de s'épanouir au travail.

C'est d'ailleurs en mettant l'accent sur la satisfaction que sa profession lui procure que Francis Langlois conclut : « Je fais le plus beau métier du monde pour moi. Je suis fier de me lever le matin et de pratiquer ce métier. » Un tel constat vient témoigner du fait que, malgré certains défis inhérents à l'entrée sur le marché du travail, la passion pour la pratique semble demeurer bien vivante chez les nouveaux psychologues, laissant ainsi présager un avenir dynamique et engagé au sein de la profession.



### **D<sup>re</sup> Karine Tadros, psychologue**

*Neuropsychologue auprès des enfants, Karine Tadros a débuté sa pratique au Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine, en œuvrant à la fois au sein du service de traumatologie et de la Clinique du trouble du déficit de l'attention (TDAH), tout en continuant à offrir ses services à la Clinique universitaire de psychologie de l'Université de Montréal. Elle a obtenu son permis de psychologue en 2011.*

« Mon intégration au marché du travail s'est déroulée de façon très graduelle », explique Karine Tadros, qui parle avec un plaisir évident et avec confiance de ses premiers pas dans la pratique professionnelle. Ayant effectué son dernier internat doctoral au CHU Sainte-Justine, elle considère qu'une bonne connaissance des ressources et du fonctionnement du milieu a été un atout. De tels repères lui ont permis de composer avec l'importante variété et le degré de complexité des problématiques auxquelles elle a fait face en début de pratique.

En effet, les premiers contrats qui lui ont été offerts à l'hôpital consistaient en différents remplacements en cliniques spécialisées. Au départ, une mobilisation active et une grande ouverture aux apprentissages ont été nécessaires. La neuropsychologue pose un regard satisfait sur la situation et décrit même certains bénéfices : « J'apprécie beaucoup l'exposition à cette variété, particulièrement en début de carrière. Je sens que cela m'a permis de diversifier mon champ de compétences et de préciser mes préférences sur le plan des clientèles. »

Afin de faciliter cette période d'intégration au milieu hospitalier et de conserver un certain filet de sécurité, Karine a continué de travailler en tant que clinicienne affiliée à la Clinique universitaire de psychologie de l'Université de Montréal. Elle affirme également avoir été surprise par les nombreuses possibilités s'offrant aux nouveaux psychologues dans le secteur privé. « Certains parents rencontrés à l'hôpital me disaient que si j'exerçais au privé, ils viendraient me voir sans hésiter. » La neuropsychologue affirme toutefois avoir confirmé sa préférence pour le secteur public, surtout à cause des possibilités de travail multidisciplinaire, un aspect de la pratique qu'elle affectionne particulièrement.

Justement, l'importance de l'équipe teinte l'ensemble du discours de Karine Tadros. « J'aime la contribution que le neuropsychologue peut apporter dans les équipes et je sens que les équipes accueillent bien cet apport. » Elle ajoute que, devant la grande diversité des problématiques et en cas d'incertitude, « la consultation auprès des collègues demeure un réflexe ». La D<sup>re</sup> Tadros trouve que le milieu hospitalier encourage beaucoup la consultation entre professionnels, ce qui lui apparaît comme une mesure facilitant l'entrée dans la pratique.

Enfin, lorsqu'elle se tourne vers l'avenir, la neuropsychologue entrevoyait plusieurs possibilités professionnelles pour les psychologues en début de carrière : « Le nouveau psychologue doit faire les premiers pas, préciser ce qu'il veut. Il pourra ainsi créer des occasions. »



### **D<sup>re</sup> Catherine Sylvestre, psychologue**

*Psychologue en clinique externe de psychiatrie adulte au CSSS du Nord-de-Lanaudivère, Catherine Sylvestre pratique également au privé et elle collabore avec l'organisme Anorexie et boulimie Québec (ANEB QC), en tenant un blogue mensuel et en animant des séances de clavardage auprès d'une clientèle souffrant de troubles alimentaires. Elle détient son permis de psychologue depuis 2011.*

Les capacités d'adaptation de cette jeune psychologue ont été activement sollicitées au cours de sa première année de pratique. En effet, du travail en psychiatrie adulte à l'intervention en situation de crise, en passant par le travail en pédopsychiatrie et en équipe jeunesse jusqu'au privé, le bagage professionnel de Catherine Sylvestre est déjà rempli d'expériences d'une variété surprenante. « Au cours de cette période, la satisfaction d'évoluer professionnellement l'a emporté », affirme-t-elle, tout en décrivant les défis ayant marqué ses débuts dans la profession.

La nouvelle psychologue admet que lors de son entrée sur le marché du travail, elle a été surprise de la réalité liée aux possibilités d'obtenir un poste dans le secteur public. « Le discours tenu dans les universités parle d'une pénurie. Dans les milieux, on sent que les équipes veulent réellement garder leurs employés. » Toutefois, concrètement, elle a

observé que les principaux postes disponibles en début de carrière étaient surtout des contrats de quelques mois, liés à des remplacements temporaires ou encore à certaines ressources financières limitées. La D<sup>re</sup> Sylvestre souligne cependant qu'elle a été impressionnée par la mobilisation des chefs de service afin de lui trouver une place, ce qui lui a permis de demeurer dans des équipes sur un même territoire. Une pratique au privé en parallèle lui a également permis de diminuer l'insécurité associée à l'instabilité propre aux contrats de quelques mois.

Par ailleurs, la psychologue reconnaît que, en début de pratique, « les souliers peuvent parfois paraître grands à chausser ». Rapidement, les postes qu'elle occupait l'ont forcée à se positionner et à assumer d'importantes responsabilités : que ce soit en évaluant le risque suicidaire en tant que seule intervenante dans une équipe d'intervention de crise ou encore en étant la seule psychologue pour enfants et adolescents de son équipe couvrant le secteur Lanaudière-Nord! En reconnaissant l'état de ses compétences et en communiquant de façon claire et honnête avec ses employeurs, la jeune psychologue a réussi à créer des conditions favorisant ses apprentissages. En conséquence, les milieux lui ont offert plusieurs possibilités de formation continue, de supervision et de consultation afin de permettre la poursuite du développement de ses compétences.

Enfin, après s'être engagée avec ouverture dans ces multiples expériences, elle affirme désormais ressentir le besoin de jeter l'ancre. C'est donc avec grand plaisir qu'elle a récemment accepté un premier poste officiel lui ayant été offert en psychiatrie adulte. La D<sup>re</sup> Catherine Sylvestre est visiblement heureuse de cette nouvelle stabilité bien gagnée dont elle pourra enfin profiter.

# La tournée provinciale tire à sa fin

La tournée provinciale sur la loi 21 et l'encadrement de la psychothérapie connaît un franc succès! Plus de 60 psychologues étaient présents à la rencontre de Sherbrooke le 14 mars dernier et plus d'une centaine nous suivaient en webdiffusion! À Laval, 110 personnes se sont déplacées et 70 étaient en ligne.

Si vous n'avez pas pu vous rendre ou vous connecter à la rencontre de votre région, nous vous invitons à suivre, par webdiffusion, celle de Rimouski le 6 juin prochain.

#### Prochaines et dernières dates de la tournée :

Le jeudi 30 mai 2013 à 19 h

Hôtel Relais Gouverneur, Saint-Jean-sur-Richelieu

Webdiffusion réservée aux psychologues de la Montérégie

Le jeudi 23 mai 2013 à 19 h

Hôtel Rimouski, Rimouski

Webdiffusion ouverte à tous



**L'Institut de formation**  
en thérapie comportementale  
& cognitive

Formation - Supervision

Formations reconnues aux fins de la  
formation continue en psychothérapie

## PRINTEMPS - ÉTÉ 2013

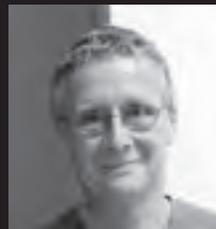


**Apprendre à vivre avec la douleur  
chronique grâce à l'acceptation et la  
pleine conscience**

Frédéric Dionne, Ph.D., psychologue et  
professeur à l'Université du Québec à  
Trois-Rivières

Trois-Rivières : 14 juin

Coût : 175 \$ + tx --- Nb d'heures : 6



**ACT, schémas et pleine conscience**

Pierre Cousineau, Ph.D., psychologue  
et formateur

Montréal : 31 mai  
Québec : 7 juin

Coût : 175 \$ + tx --- Nb d'heures : 6

**NOUVEAU** : certification de 90 heures

Inscrivez-vous dès maintenant au : [IFTCC.COM](http://IFTCC.COM)



# WPPSI-IV<sup>CDN-F</sup>

ÉCHELLE D'INTELLIGENCE DE WECHSLER POUR  
LA PÉRIODE PRÉSCOLAIRE ET PRIMAIRE  
QUATRIÈME ÉDITION  
VERSION POUR FRANCOPHONES DU CANADA



# Il arrive!

## Plus de plaisir pour eux. Une meilleure compréhension pour vous.

Nous sommes heureux de vous présenter le WPPSI-IV<sup>CDN-F</sup> avec des normes mises à jour et une attention toute particulière prêtée aux enfants ainsi qu'aux examinateurs.

- Échantillon normatif canadien mis à jour avec 690 enfants âgés de 2:6 ans à 7:7 ans
- Échantillon normatif stratifié correspondant aux données du recensement canadien basé sur le sexe, la race/l'ethnicité, le niveau d'éducation des parents, la région géographique pour chaque groupe
- Des planchers et des plafonds améliorés permettent une évaluation plus précise aux extrémités de l'habileté
- Fiabilité comparable ou améliorée pour les sous-tests et les scores composites
- Amélioration des gradients de difficulté des items
- Fonctions de notation et rapport désormais disponible en ligne

Pour plus d'informations, composez le **1-866-335-8427** ou consultez le **PearsonClinical.ca**

# Le bien-être psychologique du psychologue

« Quel projet intéressant et stimulant! » Telle est ma réaction lorsque le comité de rédaction de cette revue m'approche pour parrainer ce dossier sur la santé psychologique des psychologues. En fait, notre présidente Rose-Marie Charest avait abordé le sujet lors du congrès 2012 de l'Ordre. Sa conférence sur ce thème a suscité beaucoup d'intérêt et l'enthousiasme. La réflexion m'était alors venue : tiens, on se détourne momentanément des enjeux de la formation et de la compétence professionnelle pour s'attarder à la sollicitude envers soi-même. Pourtant, non! Notre capitaine de bateau garde toujours le même cap en nous invitant à une réflexion sur notre bien-être psychologique, mais elle remonte le vent en « tirant un bord » dans une autre direction. Nous savons que la qualité de la présence et de la relation qu'établit l'intervenant est essentielle à l'efficacité thérapeutique. En étant en bonne forme psychologique, nous travaillons mieux avec nos clients et nous pouvons éviter des dérapages malheureux et nuisibles. Dans les prochaines pages, vous pourrez lire une entrevue avec notre présidente, qui reprend le thème et les propos de cette conférence, avec l'humanisme, le pragmatisme et la rigueur que nous lui connaissons.

## **Cordonniers mal chaussés?**

Que faisons-nous, psychologues et psychothérapeutes, pour prendre soin de nous-mêmes et « affûter notre outil thérapeutique »? Sommes-nous plutôt des « cordonniers mal chaussés »? La recherche n'abonde pas sur le sujet de la santé psychologique des psychologues; certaines données montrent que nous ne nous en tirons pas plus mal dans la vie, mais pas tellement mieux non plus, que les personnes du même niveau socio-économique (voir Norcross et Guy, 2007). Les psychothérapeutes ne mettraient pas toujours en application les recommandations données à leurs clients. Par ailleurs, il est généralement admis que les psychologues sont de grands consommateurs de services de psychothérapie, entre autres dans une perspective de développement personnel. Cependant, admettre que l'on soit en difficulté, que l'on soit dépassé et en besoin d'aide est difficile pour plusieurs, selon l'expérience de collègues de l'Association des psychologues du Québec (APQ) qui interviennent auprès de nombreux psychologues qui contactent l'APQ pour obtenir du soutien lorsqu'ils sont aux prises avec diverses difficultés. Par ailleurs, il est intéressant de lire dans le texte de Michel Roy, président du comité d'inspection professionnelle, que la question du bien-être psychologique est abordée lors des visites chez les psychologues.

## **Maintenir la charge de notre batterie d'énergie vitale**

La formation continue, la supervision et le soutien de collègues ressortent comme la principale tendance dans les pratiques d'auto-soin (self-care) des psychothérapeutes. Hors du domaine professionnel, par contre, il n'y aurait pas de stratégie dominante. Pour ma part, veiller à mon bien-être a récemment pris l'allure d'un saut vertigineux, avec la décision de quitter un poste de direction dans l'industrie des programmes d'aide aux employés et de prendre un temps de réflexion pour identifier un travail qui correspondra davantage à mes besoins à cette étape dans ma carrière. Cette sabbatique a aussi été l'occasion de réaliser un vieux rêve : grimper en haute montagne, me confronter aux glaciers et à la raréfaction de l'oxygène.

Bien sûr, une telle cure intensive de self-care n'est pas toujours possible, mais ce qui l'est, c'est de prendre du temps pour soi-même, même brièvement, de nourrir des rêves, d'aller à la rencontre de soi-même et d'entretenir notre énergie vitale en plongeant dans une passion, que ce soit le sport, la création artistique, la nature ou la méditation. La notion du « juste effort » dans le travail est aussi importante pour maintenir l'équilibre, qui implique de bien définir pour soi et pour les clients quels sont les responsabilités et le rôle du psychologue, et ceux du client, dans le processus de changement. D'autres moyens d'assurer notre équilibre psychologique sont présentés tout au long de ce dossier, incluant des extraits de témoignages recueillis auprès de psychologues lors d'un récent vox pop.



### **Et quand ça ne va plus**

Veiller à notre santé psychologique, c'est aussi faire le point, ajuster notre pas et notre itinéraire pour sortir d'une trajectoire qui pourrait nous mener vers l'épuisement et la détresse. Comprendre et reconnaître les facteurs de risque inhérents à notre activité et à notre contexte de travail, trouver des façons pour mieux composer avec ceux-ci et prendre le temps de nous observer pour identifier des signaux d'alarme, voilà ce à quoi nous convie la D<sup>re</sup> Pascale Brillon dans son texte « Fatigue de compassion et trauma vicariant : quand la souffrance de nos patients nous bouleverse ».

Tous les défis du maintien de notre santé psychologique ne peuvent être abordés dans ce dossier, et tant de bonnes pratiques contribuant à notre mieux-être resteraient à être décrites. J'aimerais tout de même mentionner quelques autres talons d'Achille que j'ai eu l'occasion d'observer au fil du temps. Avoir des clients suicidaires peut rendre difficile le respect de notre résolution de laisser au bureau les soucis relatifs aux clients et de profiter pleinement de notre temps libre et de nos proches. Savoir bien évaluer le risque et établir un plan de sécurité, incluant des ressources d'urgence, contribue grandement au maintien de l'équilibre psychique. De plus, tant l'APQ (514 840-0614) que l'Ordre (1-877-257-0088) offrent des services de soutien aux psychologues aux prises avec des problématiques liées au suicide. Ces sources d'aide précieuses ne sont pas à négliger.

### Des lectures pour prendre soin de sa santé psychologique :

Dubrow-Marshall, L. (2011). Healthcare professionals: commission your own self-care quality! *Healthcare Counselling & Psychotherapy Journal*, vol. 11, no 4, p. 4-11.

Norcross, J. C., et Guy, J. D. (2007). *Leaving it at the office. A guide to psychotherapist self-care*. Guilford Press.

Wicks, R. J. (2007). *The Resilient Clinician: Secondary Stress, Mindfulness, Positive Psychology, and Enhancing the Self-Care Protocol of the Psychotherapist, Counselor, and Social Worker*. Oxford University Press.

Le fait de devoir continuer à travailler quand on est en deuil, quand on traverse un divorce, bref quand on est souffrant, et offrir une présence attentive, empathique à des clients qui vivent des épreuves semblables aux nôtres, voilà tout un numéro d'équilibriste : ne pas perdre notre neutralité thérapeutique, éviter de trop verser dans l'émotion, mais sans mettre notre « caisse de résonance émotionnelle » à off! Savoir reconnaître et mettre nos limites, nous assurer d'aller chercher du soutien n'est pas un signe de vulnérabilité, mais bien de sagesse.

Des collègues ont aussi accepté de nous livrer leur secret pour maintenir un bon équilibre psychologique. Vous pourrez parcourir leurs témoignages tout au long de ce dossier.

### **Pas seulement pour les psychologues cliniciens et les psychothérapeutes**

Les auteurs des textes qui suivent sont en grande partie des psychologues cliniciens. Cependant, la lecture de ce dossier pourra s'avérer intéressante pour les psychologues œuvrant dans d'autres domaines. Des discussions avec des collègues du milieu scolaire ou organisationnel font d'ailleurs ressortir des enjeux similaires, déclinés de façons différentes : isolement, exposition à la détresse humaine (équipes en souffrance, dirigeants sources de détresse), limites dans le changement que l'on peut susciter. Une autre similarité apparaît entre secteurs de pratique dans le rôle significatif que jouent les associations professionnelles pour fournir du soutien entre pairs, élément clé dans le maintien de la santé psychologique.



D<sup>re</sup> Christine Smilga / Psychologue

D<sup>re</sup> Smilga, experte invitée au comité de rédaction, exerce en bureau privé et est consultante en santé psychologique au travail. Elle a été directrice des services professionnels pour l'Est du Canada chez Homewood Solutions Humaines, firme de programme d'aide aux employés.

# La santé psychologique du psychologue

## Le point de vue (réconfortant) de Rose-Marie Charest

Y a-t-il un profil de personnalité qui prédispose à choisir la psychologie comme profession? Quelles attentes entretient-on vis-à-vis de soi-même lorsqu'on est psychologue? Comment prendre soin de soi lorsqu'on gagne sa vie à favoriser l'équilibre d'autrui? Dans le cadre du dernier congrès de l'Ordre, Rose-Marie Charest a offert une conférence matinale qui explorait ces questions liées à l'exercice de la profession. À la suggestion de gens qui n'ont pu être présents ou qui souhaitaient se replonger dans ces réflexions salutaires, la présidente de l'Ordre – avec le talent de vulgarisatrice qu'on lui connaît – a accepté de partager de nouveau son point de vue sur les risques et les beautés du métier, de même que sur la manière d'améliorer la compétence professionnelle en prenant appui sur le bien-être personnel.

**Par Éveline Marcil-Denault, psychologue et journaliste pigiste**

### **Psychologie Québec : En général, les psychologues sont-ils plus vulnérables que d'autres professionnels sur le plan de la capacité à maintenir leur équilibre?**

Rose-Marie-Charest : Il y aurait des traits communs chez les intervenants en santé mentale, dont une certaine hypersensibilité qui, effectivement, les rend plus vulnérables, mais qui les rend aussi davantage capables d'empathie et souvent plus désireux d'aider les autres que la moyenne des gens. La sensibilité des psychologues est leur outil de travail et c'est pourquoi il ne faudrait pas la percevoir négativement.

À ceux qui nous questionnent à savoir si on est allés en psychologie pour résoudre nos problèmes, je réponds : si c'est le cas, aller dans un domaine qui exige de faire face à nos vulnérabilités ne serait pas plus honteux que de choisir un domaine parce qu'on veut fuir nos vulnérabilités...

### **Quels aspects du rôle de psychologue sont des facteurs de risque sur le plan de la santé psychologique?**

Certains troubles, selon qu'ils sont plus complexes ou plus lourds, qu'ils nous sollicitent davantage sur le plan personnel ou qu'ils sont plus difficiles à traiter, peuvent avoir un impact sur notre capacité à maintenir notre équilibre.

La nature confidentielle du travail des psychologues fait également en sorte que, puisqu'on ne peut discuter librement de ce que nous entendons, nous restons parfois pris avec beaucoup de contenus en tête. Plus un professionnel est isolé dans sa pratique, plus il est à risque en raison de tout ce poids qu'il porte seul sur ses épaules.

Enfin, la nature intime de la relation avec un patient peut être troublante du seul fait que, forcément, cela vient davantage nous chercher émotivement que si nous étions dans un domaine technique.

### **De quelle facette de lui-même le psychologue devrait-il particulièrement prendre soin?**

Comme, en général, notre affectivité est un de nos outils de travail, il n'est pas étonnant qu'on puisse parfois éprouver une certaine fatigue affective. De la même manière que certains

aliments ou certains livres nous nourrissent sur le plan physique ou intellectuel, nouer et développer des relations, dans notre vie, permet de nourrir notre sphère affective. Ces relations sont protectrices dans la mesure où elles nous permettent de recevoir et, à notre tour, de prendre appui sur quelqu'un d'autre.

### **Il n'est pas rare, lorsqu'on est psychologue, qu'une personne nous dise qu'elle serait incapable de « passer sa journée à écouter les problèmes des autres ». Entendre des histoires difficiles, est-ce fragilisant?**

Il faut faire la différence entre « se faire raconter des problèmes » et « faire quelque chose pour les gens ». Comme tout le monde, nous avons besoin de développer un sentiment d'efficacité personnelle à l'égard de notre travail. Ce qui peut nous aider est d'être attentifs, voire mesurer nos résultats et s'efforcer de voir l'ensemble de ce qu'on a accompli plutôt que de rester obsédé par *la* personne qu'on n'arrive pas à aider ou *la* situation difficile qu'on n'arrive pas à gérer.

Pour nous permettre de décrocher du travail, il importe tout d'abord d'avoir un horaire réaliste. Une habitude qui m'a toujours aidée dans ma pratique clinique, c'est de rédiger mes notes au fur et à mesure. Cela me donne le sentiment d'avoir bouclé quelque chose avant de rentrer chez moi, ce qui m'aide à mettre le travail de côté.

### **À quoi devrait-on porter attention si on veut veiller à son propre bien-être?**

Une piste est de se demander chaque jour si on a encore du plaisir à faire notre travail. On peut bien entendu avoir des périodes plus difficiles, mais dans une journée, il faut qu'il y ait des moments où c'est plus simple, où c'est agréable. Sur le plan clinique, je crois qu'il est sain de se poser les questions suivantes : cette difficulté que je rencontre avec un client, est-ce que je la rencontre avec plusieurs clients? Est-ce que l'alternance entre la théorie et la pratique me nourrit? Est-ce que cela me permet de comprendre la dynamique de la relation? Car rester constamment dans l'émotion – ou encore dans l'intellect – peut affecter non seulement la qualité de l'intervention, mais la personne du psychologue.

Les indices peuvent aussi venir du côté de notre vie personnelle : l'impression que nos proches sont trop exigeants, la sensation de ne plus avoir de temps pour eux, ou pour soi-même, la tendance à se sentir mieux au bureau qu'à la maison, la difficulté à nouer des relations, à se confier, à se laisser aller ou à trouver des sources de plaisir dans notre vie personnelle.

### **Quand on est psychologue, on l'est 24 heures sur 24? Qu'est-ce que cela implique pour ceux qui portent le titre?**

Le titre de psychologue a de la valeur, il génère des attentes personnelles et professionnelles élevées de la part de la clientèle, du public, mais aussi de la part de notre environnement immédiat : famille, conjoint, enfants, amis, collègues. Par exemple, ils pourraient s'attendre à ce que nous les comprenions toujours, à ce que nous ayons réponse à tout, à ce que nous puissions toujours demeurer calmes et détendus.

Mais je tiens aussi à dire que nous, les psychologues, entretenons parfois à l'égard de nous-mêmes des attentes irréalistes du seul fait que nous sommes psychologues. Ces attentes, nous les appliquons à nos divers rôles – parent, conjoint, ami, confident –, mais aussi à notre propre santé mentale et à notre propre développement. Nos connaissances font pression sur notre autocritique et nous avons peine à nous contenter d'être « suffisamment bons ».

### **Est-ce à dire que, parce qu'on est psychologue, on ne s'autorise pas à souffrir?**

Dans la relation thérapeutique, on peut se mettre à penser que la raison pour laquelle une personne souffre, c'est parce qu'elle est un patient et perdre de vue le fait que s'il souffre, c'est parce qu'il est humain et que, étant nous-mêmes humains, on peut aussi souffrir et même éprouver une souffrance similaire.

Il s'agit donc de s'autoriser à souffrir – parce que c'est inévitable – sans penser que c'est un échec. L'inverse ne ferait qu'accroître notre détresse : souffrir et, en plus, en avoir honte. Accepter nos vulnérabilités et nos limites ne fera pas de nous de moins bons praticiens, mais nous permettra de faire des choix conséquents : choisir un milieu et un rythme de travail qui nous conviennent, s'autoriser à référer, à aller en supervision ou en thérapie au besoin.

### **Les psychologues qui ont des enfants ont, selon vous, des défis particuliers à cet égard...**

Combien de fois les psychologues se font dire par l'école ou la garderie : « Vous devriez comprendre, vous êtes psychologue! » À cause de la force des attentes, je crois que c'est un combat plus difficile pour nous, les psychologues : accepter nos limites, nos imperfections, voire nos vulnérabilités comme parent, mais aussi celles de nos enfants.

Quelque part, on se dit : « je suis psychologue, je dois être un parent idéal. » Or, on sait très bien que le fait d'être parent, ça dépasse largement le fait de savoir quoi faire... Le défi vient aussi



M<sup>me</sup> Rose-Marie Charest, psychologue

du fait que, connaissant les pathologies et les divers problèmes, il peut arriver qu'on s'inquiète pour chaque petite chose qu'on observe : un enfant qui a des difficultés scolaires, un ado qui s'oppose ou dont la chambre sinon la vie est en désordre... Il y a un risque d'extrapolation, voire de dramatisation. Tout ça ajoute du stress.

### **Le titre de psychologue peut donc devenir un fardeau?**

Il y a là un enjeu important : toute cette liberté dont on pourrait se priver si on veut constamment correspondre à l'image du psychologue plutôt que de se permettre d'être soi-même. Dans certains cas, il peut même y avoir une forme d'oubli de soi. Un peu comme si on disait : « tu es psychologue, tu devrais comprendre, et parce que tu devrais comprendre, tu devrais accepter... » J'aime rappeler que comprendre, ça n'exige pas d'accepter.

Pour le psychologue, le titre devient un fardeau dès qu'il pense qu'il n'a plus ces droits-là, qu'il doit « mater tout le monde ». Dans certaines circonstances, on agit à titre de psychologue, mais le reste du temps, on est dans la vie. J'ai le droit d'être de mauvaise humeur, d'avoir de la peine, d'être stressée, de m'emporter : j'ai le droit de tout ça, comme n'importe quel être humain.

### **Le développement de la capacité à demeurer neutre avec des clients peut-il être en cause?**

Étant humains, nous lançons des signaux du seul fait que nous nous assoyons d'une certaine manière... C'est inévitable : des patients nous verront parfois enrhumés ou fatigués. Le fait d'accepter qu'il y a quelque chose de nous qui paraît ne fait pas de nous des gens qui ne respectent pas une certaine neutralité, car la neutralité totale, elle est impossible!

Un jour, une de mes patientes, pendant une séance, a repéré un genre de mille-pattes qui grimpa sur le mur derrière mon dos. Elle m'a simplement demandé : « Avez-vous peur des insectes, madame Charest? » Elle n'avait pas fini sa phrase que j'étais déjà debout dans le bureau! Or, malgré cet incident, cette thérapie a très bien évolué. Winnicott parle de ça : l'importance de permettre au patient de nous voir comme imparfaits.

Mais attention : laisser voir certaines vulnérabilités, ce n'est pas du tout la même chose que de se mettre à se confier à un patient ou à compter sur son aide. Ça, il ne faudrait jamais tomber là-dedans.

## **Comment se protéger des principaux « risques du métier »?**

Le fait d'avoir une solide formation initiale est un facteur de protection important dans le sens où cela nous permet de prendre appui sur des compétences réelles et de nous rassurer. Il importe toutefois que la formation fasse place à toutes les dimensions de la compétence du psychologue, qui ne sont pas qu'intellectuelles.

La formation continue est également importante pour rester à jour, mais aussi pour démystifier les difficultés qu'on peut rencontrer au cours de notre pratique. Quand on se sent impuissant vis-à-vis de certains de nos patients, il peut être rassurant de voir que c'est aussi le cas de nos collègues et de réfléchir avec eux sur des pistes de solution.

S'affirmer est une compétence essentielle dans notre profession. Il faut connaître ses limites, oser les dire et les faire respecter. Faire des choix professionnels qui nous correspondent – celui, par exemple, de travailler dans un certain domaine de spécialité – est aussi un facteur de protection.

## **Comment atténuer le risque d'isolement qui guette les psychologues?**

Posez-vous cette question : « à qui dirais-je que je viens de faire une erreur importante? » Si je n'ai pas de réponse, il faut que je trouve une telle personne dans ma vie; une personne avec qui je partage une réelle relation de confiance – un ami, un collègue, un superviseur, un patron – et à qui je peux confier mes moins bons coups, mes inquiétudes, en tout respect des règles de confidentialité. Il importe de rappeler que ce qu'on ne peut pas dévoiler, sauf à un superviseur, c'est ce qu'un client nous a confié. Ce que nous avons vécu, ce que nous ressentons, ce n'est pas confidentiel. On peut en parler et on doit pouvoir en parler avec un ami proche, un membre de notre réseau ou un collègue.

Bien sûr, si on se sent pris avec quelque chose qui nous trouble trop, on a intérêt selon moi à aller regarder ça en thérapie, surtout lorsqu'on s'aperçoit que ce même trouble survient à répétition ou avec plusieurs patients. Certaines circonstances personnelles ou professionnelles – le suicide d'un patient par exemple – peuvent être particulièrement troublantes. Rappelons à cet effet que l'Ordre a mis sur pied un service d'aide pour les situations de crise qui permet au psychologue en détresse d'avoir rapidement accès à des services<sup>1</sup>.

## **La supervision professionnelle, en ce sens, joue aussi un rôle protecteur?**

C'est vraiment un outil dont on ne devrait jamais se priver, même quand ça fait 30 ou 40 ans qu'on pratique, car avec un client donné, dans une situation donnée – et pas seulement en clinique – il nous arrive de ne plus comprendre ce qui se passe. On pourrait alors avoir besoin de quelqu'un, ne serait-ce que quelques séances, qui nous aide à voir clair, non seulement dans ce qui se passe à l'extérieur, mais dans ce qui se passe en nous. Explorer nos « points aveugles »...

## **De façon générale, diriez-vous que les psychologues prennent bien soin d'eux-mêmes?**

Les données montrent que les intervenants en santé mentale consultent plus facilement en psychothérapie que le reste de la population, ce qui est une très bonne nouvelle. Mais il arrive qu'ils oublient les autres moyens pour protéger leur santé. De par la nature de notre profession, nos choix d'activités sont souvent intellectuels, relationnels et moins concrets.

Je pense à l'exercice physique, bien sûr, mais aussi à l'importance des plaisirs coupables, c'est-à-dire ceux qui ne servent à rien! Ce n'est pas obligatoire de lire Kant dans une pause...

## **Comment mettre notre sensibilité à notre service et devenir plus bienveillant et prévenant à l'égard de soi-même?**

Notre rôle est souvent de prendre soin des autres. Or, des gens qui ont besoin qu'on prenne soin d'eux, il y en a à l'infini! Puisque le psychologue est sensible au besoin et à la souffrance de l'autre, il risque de perdre de vue ses besoins pour donner, soulager l'autre, en prendre soin, et ce, non seulement dans sa vie professionnelle, mais dans sa vie personnelle aussi.

Rappelons-nous que nous avons un cadre à respecter, qui est aussi celui de notre propre bien-être et que, ce faisant, il faut être capables de se donner priorité et d'accepter qu'on ne pourra pas soulager tout le monde. Il nous faut accepter notre impuissance par rapport à certains patients, à certains moments, mais aussi par rapport aux gens autour de nous qui ont parfois des besoins auxquels on ne peut répondre, tout psychologue qu'on soit.

## Comment faire en sorte que notre outil de travail ne s'use pas trop?

Il faut savoir poser certaines limites. Ça n'a l'air de rien, mais combien de fois est-on amené à donner une référence à un ami? C'est régulier. Comme on a rarement la réponse immédiatement, alors on garde sa demande en tête. Puis on trouve une ressource. Et après, on s'inquiète en se demandant si la référence est bonne... C'est peut-être un petit geste, mais c'est une responsabilité de plus. Chaque psychologue ne peut être un service de référence à lui tout seul!

Combien de fois un psychologue se fait-il poser une question comme : « mon enfant a tel ou tel comportement : crois-tu que c'est normal? » On nous invite à donner des avis psychologiques. Or, nous ne sommes pas spécialistes de tous les domaines. Je crois qu'on doit se permettre de répondre tout simplement « je ne sais pas » ou « je ne suis pas en mesure de te répondre ». S'autoriser à ne pas tout savoir. Et il en va de même dans le cadre d'une relation thérapeutique. C'est se protéger et rendre un bon service que de référer lorsqu'on est allé au bout de ce qu'on pouvait apporter.

## Vous parlez donc de l'identité professionnelle du psychologue qui, elle aussi, doit être saine?

J'utilise souvent l'image des poupées gigognes pour illustrer cette idée. L'identité professionnelle pourrait devenir cette grande poupée – celle qui paraît le plus – sur laquelle on pourrait se

mettre à compter pour nourrir notre estime personnelle. Or, notre estime personnelle la plus solide repose véritablement sur la plus petite poupée : elle représente notre vie intérieure, ce que nous pensons réellement de nous-mêmes, elle est pleine et, de ce fait, moins vulnérable aux coups qui viennent de l'extérieur. Grandir, se développer professionnellement ne peut se substituer à la croissance intérieure. Surtout, la grande comme la petite poupée doivent continuer à se ressembler, sinon l'une fera éclater l'autre.

## Après près de 15 ans à la tête de l'Ordre des psychologues, avez-vous l'impression que les psychologues s'aident et s'appuient suffisamment entre eux?

Souvent, nous les psychologues sommes très critiques entre nous comme nous le sommes envers nous-mêmes. J'ai envie de nous rappeler à quel point l'entraide entre pairs est importante, particulièrement lorsque l'on constate qu'un de nos collègues est en difficulté, ne serait-ce que pour l'encourager à aller chercher de l'aide. Plus un psychologue est seul, plus il est vulnérable. Cette affirmation est vraie pour la santé psychologique, mais elle l'est aussi du point de vue de la compétence, de l'éthique et de la déontologie. Un professionnel isolé, qui ne reçoit pas de rétroaction de ses pairs, est plus à risque de répéter ses erreurs, voire de glisser vers un comportement inadmissible. Savoir se créer un réseau est donc primordial, surtout lorsqu'on travaille seul en bureau privé. La formation continue y participe. Beaucoup de psychologues nous demandent de la formation en ligne, mais plusieurs insistent aussi pour avoir des formations traditionnelles, car ils souhaitent des occasions d'échanger avec leurs pairs.

## S'ARRÊTER

*« Mon truc personnel s'appelle "me retrouver". Non pas que je me perde dans mon contact avec les personnes qui me consultent, mais je leur consacre mon attention, ma sensibilité et mes connaissances, un peu avant, pendant et un peu après nos rencontres. J'ai besoin d'un moment à la suite des entrevues afin que se déposent les émotions, le sens et la logique des échanges qui viennent de se terminer. C'est ce que j'appelle aussi "mon besoin de décanter". Pour faciliter ce processus, je me donne le droit, du moins pendant quelques minutes entre les séances, de fermer ma porte et de laisser activer le renvoi automatique vers ma boîte vocale. Je ne peux pas seulement attendre la fin*

*de semaine ou, pire encore, mes vacances annuelles pour revenir à moi-même. À l'air du multitâche, de l'immédiateté et des mille et une demandes aussi urgentes les unes que les autres, le respect de cet espace de décompression exige de la discipline et une bonne capacité d'affirmation au quotidien. »*



Marc-André Dufour  
psychologue au Centre de santé  
de la base militaire de Valcartier  
Québec  
15 années d'expérience

## Être psychologue, est-ce que ça peut aussi être bon pour la santé?

Il est assez facile, quand on est psychologue, de trouver un sens à ce qu'on fait. Je dirais même que c'est au cœur de notre action que de rechercher et trouver du sens. On exerce une profession qui, généralement, est valorisée et où on a de la reconnaissance pour ce qu'on fait. Et comme il n'y a pas deux personnes semblables, il n'y a pas de routine dans notre travail. Je pratique la clinique depuis plus de 30 ans et je ne me suis jamais ennuyée.

La pratique de la psychologie peut être une grande source de bonheur, à condition d'être à la bonne place et dans les bonnes dispositions. Si je pratique la psychologie parce que c'est la seule façon pour moi de me sentir valorisée, ou parce que c'est la seule façon pour moi d'être en relation intime avec des gens, il y a un gros problème. Mais si je pratique la psychologie pour ce qu'elle m'apprend et ce qu'elle me permet de faire pour les autres, pour ce constant aller-retour entre ce que je sais, ce que je sens, ce que j'observe, ce que j'évalue, ce que je propose, ce que cela entraîne : ça, c'est fascinant!

### \_Note

- 1 L'Ordre des psychologues du Québec offre aux psychologues un programme d'intervention d'urgence pour toute situation qui pourrait dans l'immédiat compromettre de façon grave le fonctionnement personnel, social ou professionnel du psychologue ou encore qui pourrait mettre en danger le psychologue ou dont l'impact pourrait mettre ses proches ou le public en danger. Ce service d'aide est accessible sans frais en tout temps sur tout le territoire québécois à partir du numéro suivant : 1 877 257-0088. Pour plus d'information, se référer à la rubrique « Services aux membres » du site de l'Ordre.

## \_Quelques références qui ont inspiré ces propos (ou ont servi à préparer la conférence de Rose-Marie Charest)

*Occupational Vulnerability for Psychologists*, un article rédigé par Karen Saakvitne, Ph. D., et les membres du Board of Professional Affairs Advisory Committee on Colleague Assistance (ACCA) de l'APA. À consulter en ligne sur le site [www.apapracticecentral.org](http://www.apapracticecentral.org).

*Professional Health and Well-being for Psychologists* un article rédigé par les membres du Board of Professional Affairs Advisory Committee on Colleague Assistance (ACCA) de l'APA. À consulter en ligne sur le site [www.apapracticecentral.org](http://www.apapracticecentral.org).

*Tips for Self-Care*, un article rédigé par l'APA's Advisory Committee on Colleague Assistance (ACCA) : Promoting Prevention, Wellness, and Coping with Challenges. À consulter en ligne sur le site [www.apapracticecentral.org](http://www.apapracticecentral.org).

*Risk Factors and Self-care for Practitioners Working With Trauma Clients*, par Kathleen M. Chard, Ph. D., et Leslie Cooper, Ph. D., et les membres du Advisory Committee on Colleague Assistance de l'APA. À consulter en ligne sur le site [www.apapracticecentral.org](http://www.apapracticecentral.org).

DiCaccavo, A. (2002). Investigating individuals' motivations to become counselling psychologists: The influence of early caretaking roles within the family. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, vol. 75 (4), 463-472.

Farber, B. A. et coll. (2005). Choosing psychotherapy as a career: why did we cross that road? *Journal of clinical psychology*, vol. 61 (8), 1009-1031.

Kleespies, P. M. et coll. (2011). Psychologist suicide: Incidence, Impact, and Suggestions for Prevention, Intervention, and Postvention. *Professional Psychology: Research and Practice*, vol. 42, no 3, 244-251.

Orlinsky, D. E. et coll. (2011). Utilization of personal therapy by psychotherapists: a practice-friendly review and a new study. *Journal of Clinical Psychology*, vol. 67 (8), 828-842.

Wise, E. H. et coll. (2012). Ethics, self-care and well-being for psychologists: Reenvisioning the stress-distress continuum. *Professional Psychology: Research and Practice*, vol. 43 (5), 487-494.

**Psychothérapie Corporelle Intégrée**

[www.institutpci.com](http://www.institutpci.com)

**Montréal**  
(514) 383-8615

**Exterieur de Montréal**  
1-877-383-8615

1503 Henri-Bourassa Est,  
Bureau 101, Montréal (Qc)  
H2B 1V2

■ **Reconnu par l'OPQ pour la formation continue**

Des concepts et des outils concrets pour intégrer activement et consciemment le corps dans le processus de régulation affective en relation

- Les concepts de base de la PCI
- La conscience corporelle
- Les indices corporels de la présence à soi
- Les indices corporels des enjeux de frontières en lien
- La respiration pour réguler l'expérience émotive

Atelier d'introduction aux outils de base de la PCI (13 heures)  
Formation de base en Psychothérapie Corporelle Intégrée - Bloc I (90 heures)

**Soirée d'information**

**Montréal**  
14 juin 2013, sous le thème:  
"Le corps, baromètre de notre expérience"

**Formation de 90 heures**

**Montréal**  
début le 13 septembre 2013

**Développée depuis 1985**

Une synthèse de plusieurs approches psychologiques (Gestalt, recherche, psychologie du Soi, relations objectives) et de plusieurs techniques permettant d'intégrer l'expérience corporelle au cœur du processus de développement et d'intégration du Soi.

Le travail avec la respiration, le mouvement, les frontières et la présence, dans le cadre de la relation thérapeutique stimulent et supportent une nouvelle expérience de Soi et du serment d'être vivant. Ces expériences d'intégration corps-esprit-cœur favorisent une réorganisation du cerveau au sens où le découvre les neurosciences actuelles.

Programme offert au Québec et en Belgique.  
André Duchesne, psychologue, directeur de l'IPC



Dr Michel Roy / Psychologue

Président du Comité d'inspection professionnelle

Responsable de la Clinique de services psychologiques de l'Université du Québec en Outaouais

## La compétence passe aussi par notre bien-être!

**La compétence professionnelle du psychologue est souvent définie comme l'intégration de connaissances, d'un savoir-faire et d'un savoir-être. C'est ce principe qui guidera l'inspecteur dans sa rencontre d'évaluation avec un psychologue. Cependant, parmi les facteurs sous-jacents à la compétence, il en est un qui s'avère particulièrement important, c'est le bien-être physique et psychologique du professionnel.**

Conscient de l'impact des conditions de santé et de bien-être sur son travail, sur l'exercice de son jugement professionnel et plus particulièrement sur sa disponibilité relationnelle, comment le psychologue d'aujourd'hui arrive-t-il à maintenir un équilibre entre ses besoins et les exigences de sa pratique? Dans une perspective de prévention, cette question est abordée lors de la visite d'inspection professionnelle. Au cours des échanges, l'inspecteur discute avec le psychologue des différents aspects reliés à cet équilibre : la charge de travail, l'organisation de l'horaire et les activités professionnelles. Le psychologue inspecté est aussi appelé à faire part de ses efforts pour mettre en place des moyens de ressourcement sur le plan professionnel et personnel. Il est encouragé, notamment, à faire partie d'un réseau d'échanges professionnels afin d'éviter l'isolement. Le recours, au besoin, au soutien des collègues et à la supervision professionnelle témoignent de la capacité du psychologue à reconnaître ses besoins et à aller chercher l'aide nécessaire. L'inspecteur s'intéresse aux moyens que met en place le psychologue pour prendre soin de lui-même à travers la charge qui lui incombe, afin d'éviter de se retrouver au bout du rouleau et de se placer dans un état de vulnérabilité professionnelle. Pour certains psychologues inspectés, cette rencontre est l'occasion de réaliser à quel point ils ont de la difficulté à prendre soin d'eux-mêmes. L'inspecteur encouragera alors le psychologue à se mobiliser pour trouver des aménagements et les ressources appropriées.

### MILIEU DE TRAVAIL ET BIEN-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE

Il est difficile de tirer des conclusions sur les liens possibles entre différentes variables (lieu de pratique, secteur de pratique, genre, âge) et l'équilibre entre la vie personnelle et professionnelle du psychologue. Sans aucune prétention scientifique, il est tout de

même intéressant de constater, à partir des observations faites par les inspecteurs, que les psychologues qui œuvrent dans le secteur public rapportent une satisfaction à bénéficier d'une certaine stabilité financière et d'avantages sociaux faisant en sorte qu'ils peuvent s'accorder des périodes de repos sans compromettre leur sécurité d'emploi. Ces psychologues disent profiter aussi d'un milieu favorisant l'échange interdisciplinaire et le travail en équipe. En revanche, les psychologues du secteur privé expriment une satisfaction quant à l'autodétermination que leur procure ce choix de pratique. Ils expriment avoir le sentiment d'un contrôle sur la gestion de leur pratique et ainsi être en mesure de bien choisir les moments de ressourcement qu'ils souhaitent s'accorder. Enfin, bien que chaque milieu de travail soit différent, les psychologues profitent des particularités que leur apporte leur milieu afin de bien assumer leurs mandats tout en prenant soin d'eux-mêmes.

La grande majorité des psychologues favorisent un bon équilibre entre leur vie personnelle et professionnelle. Sensibles à la qualité de leurs relations, ils accordent une bonne place à leur vie familiale et sociale. Différents moyens sont mis en œuvre par les psychologues pour assurer l'équilibre entre les exigences de leur pratique professionnelle et leurs besoins de satisfaction personnelle. Selon leurs intérêts, certains vont s'adonner à des activités physiques (sports, randonnées pédestres, danse, yoga), d'autres à la méditation, à l'écriture, bref, à une activité qui les amène ailleurs et qui leur procure de la satisfaction. Mais, comme le fait remarquer l'une de nos inspectrices, les visites d'inspection professionnelle permettent de constater que les psychologues qui maintiennent un équilibre entre leur vie professionnelle et leur vie personnelle prennent plaisir à faire ce qu'ils font, quelle que soit la pratique professionnelle dans laquelle ils sont engagés.

L'auteur aimerait remercier les inspecteurs pour leur généreuse contribution à la réalisation de cet article.



Dr<sup>e</sup> Pascale Brillon / Psychologue

Pascale Brillon est psychologue spécialisée en deuil et stress post-traumatiques à la Clinique des troubles anxieux de l'Hôpital du Sacré-Cœur de Montréal.

# Fatigue de compassion et trauma vicariant Quand la souffrance de nos patients nous bouleverse

Le 2 janvier dernier, Pete Linnerooth s'est suicidé en retournant une arme à feu contre lui. Il avait 42 ans, était en pleine santé physique, marié et père de trois enfants (dont un de 4 mois). Il était aussi psychologue-officier responsable de la santé mentale dans l'armée américaine et il intervenait auprès de militaires souffrant de stress post-traumatique. Ces dernières années, il avait écrit sur le stress grave induit par son travail et avait dénoncé publiquement (dans le magazine *TIME* et dans l'*American Psychological Association Journal*) le manque de soutien pour les intervenants en santé mentale<sup>1</sup>.

Nous savons tous combien travailler comme psychologue est extrêmement exigeant, et ce, sur de multiples plans : physiquement, émotionnellement, cognitivement et souvent même spirituellement. À certains moments de notre vie, exercer ce métier peut même devenir carrément bouleversant, sinon traumatisant : la détresse intense de notre clientèle nous affecte plus particulièrement. Les traumas entendus nous dérangent plus que d'habitude. Nous nous sentons tellement impuissants à soulager cet océan de douleur que nous côtoyons tous les jours.

Des publications récentes se sont penchées sur l'impact de notre métier sur notre santé mentale. Elles ont mis en évidence deux syndromes possibles chez les thérapeutes : le trauma vicariant (TV) et la fatigue de compassion (FC).

## LE TRAUMA VICARIANT

Le TV peut nous affecter lorsque nous intervenons auprès d'une clientèle traumatisée et que nous entendons à répétition des descriptions détaillées de scènes perturbantes et traumatiques. Ces images troublantes peuvent devenir les nôtres et entraîner des **reviviscences** (*Depuis cette séance, j'ai des images intrusives de son accident qui s'imposent à mon esprit; Quand je suis sortie sur la plage, tout le monde voyait les baigneurs au soleil, moi j'y ai vu des cadavres*), de l'**évitement** (*Je suis plus craintive en bateau depuis ce patient qui a perdu son père noyé; Je suis*

*plus stricte avec ma fille depuis ce poste auprès des victimes de viol*), et un **état d'alerte** constant (*Je sursaute à rien et j'ai de la difficulté à dormir; Je manque de concentration, car cela me trotte sans cesse dans la tête; Je suis tout le temps irritable, sur la défensive*). Le TV peut nous pousser à consommer plus d'alcool dans une tentative d'apaiser cette fébrilité et ces images qui nous envahissent. Au travail, le TV peut nous donner envie d'éviter certains patients ou d'ignorer les allusions à des expériences traumatiques, car cela nous perturbe trop.

## LA FATIGUE DE COMPASSION

La FC peut nous toucher si nous sommes exposés de façon répétée à des degrés de souffrance intense. Il s'agit d'une usure profonde, douloureuse, à la détresse d'autrui. Nous devenons **hypersensibles** à leur état émotionnel (*J'ai l'impression de ne plus avoir de frontière vis-à-vis des autres, tout m'affecte*) ou à la violence en général (*Je suis maintenant incapable de regarder les nouvelles télévisées ou de voir des films d'action*). Nous sommes **vidés de toute vitalité**, incapables de donner, d'aider, de soutenir. Les autres sont devenus synonymes de souffrance, de responsabilités au-dessus de nos forces et nous n'avons qu'une envie : les éviter ou nous désinvestir (*Je suis devenu cynique et amer à l'égard de la nature humaine; Je me sens insensible à ce que les autres vivent*). Nous pouvons ressentir un fort sentiment **d'impuissance acquise** (*Moi qui aimais tant ce métier, j'ai totalement perdu la vocation; Je ne pense plus que je puisse faire une différence*). La FC s'accompagne souvent de **remises en question** douloureuses de notre vision des choses et de notre spiritualité.

## POURQUOI POUVONS-NOUS SOUFFRIR DE TV OU DE FC?

Différents processus peuvent être évoqués afin d'expliquer le développement du trauma vicariant ou de la fatigue de compassion. Mentionnons cependant que nul thérapeute n'est à l'abri de vivre un jour de telles réactions et qu'elles ne constituent en rien un signe de faiblesse ou d'incompétence.

## La surcharge émotionnelle

Le contact empathique avec l'horreur vécue par autrui, avec l'intensité de la souffrance ressentie, devoir encaisser de façon répétée cette charge émotive (et la ressentir presque dans notre corps), cela peut induire un TV ou une FC, et ce, pour deux raisons : 1) Parce que nous sommes profondément au diapason de la réalité de l'autre. Des processus de mimétisme (nous avons naturellement tendance à adopter les mêmes mimiques émotionnelles et la même posture corporelle que la personne que nous observons) ont déjà été identifiés dans la littérature<sup>4</sup>. Mais la découverte récente des neurones miroirs évoque un phénomène encore plus puissant : être en contact avec l'émotion d'autrui active *la même région neuronale* que de vivre personnellement cette émotion. L'émotion est donc reproduite (presque « ressentie ») de la même façon dans le cerveau de l'observateur que dans celui du souffrant. Les conséquences de cette activation répétée à long terme et le rôle précis de ces neurones miroirs restent hypothétiques et sujets à controverse, mais la question reste fascinante et pourrait éclairer d'un nouveau jour le développement de TV ou de FC chez les intervenants<sup>2,3,4</sup>. 2) Parce que nous avons traversé le seuil de l'empathie et que nous sommes maintenant dans le contretransfert, dans la sur-identification ou dans l'introjection. La distance saine entre le vécu du client et le nôtre est devenue floue, élastique ou a même disparu. Cela provoque en nous des émotions intenses et très éprouvantes, ce qui pourrait entraîner un TV ou de la FC.

## Création d'une structure de peur post-traumatique

Les vécus que nous accueillons en entrevue, les histoires, les traumas, les détails entendus s'intègrent dans notre univers cognitif. Ils peuvent induire une structure de peur<sup>5</sup>, c'est-à-dire créer un réseau

d'associations conditionnées entre certains objets, mots, images, lieux et une signification de danger, d'impuissance ou d'horreur (*Depuis que cet agent correctionnel m'a raconté la prise d'otage, je ne peux regarder un uniforme sans y penser; Depuis que ma cliente m'a raconté son viol, j'ai des images de celui-ci quand j'ai des rapports sexuels et c'est extrêmement perturbant*). Des éléments entendus deviennent aversifs et peuvent, par la suite, induire chez nous beaucoup de détresse.

## Remises en question de croyances fondamentales

Ce métier a le potentiel d'ébranler de nombreuses certitudes : remises en question de la place du bien et du mal, de l'existence de Dieu ou d'une certaine justice, du sens de la souffrance, de la possibilité du bien-être, croyances à l'égard de la nature humaine, de la société, du rôle du hasard ou du destin... Il peut aussi provoquer un profond questionnement sur notre pouvoir à apaiser la souffrance, notre sentiment de vocation envers ce métier. Ces confrontations cognitives<sup>6,7</sup> ne sont pas anodines et peuvent être à la source de TV ou de FC.

## Accumulation de facteurs de risque

Des études ont identifié le rôle de certains facteurs dans le développement de FC ou de TV. Plus ces facteurs sont présents dans notre vie, plus nous sommes à risque...

### a) Facteurs liés au travail

Le premier facteur identifié concerne les caractéristiques de notre clientèle (présence de violence verbale ou physique, clients très souffrants et réfractaires au traitement, descriptions horribles et vivides) et les conditions de notre travail (surcharge de travail, horaires brisés ou sur appel, isolement professionnel, manque de formation, sentiment de n'avoir aucun pouvoir). Un climat de travail

## SE DÉVELOPPER

*« [...] une démarche de perfectionnement continue sur le plan tant personnel que professionnel me permet de maintenir un profond sentiment de confiance d'offrir à mes clients ce qu'il y a de meilleur et en particulier une présence compétente, pleine, entière, attentive, mais émotionnellement distanciée. Je commence donc mes journées de consultations avec le sourire et malgré les souffrances auxquelles je suis exposée, je les termine gonflée d'énergie et satisfaite d'avoir contribué au mieux-être de mes clients. »*



**D<sup>re</sup> Jocelyne Beaudet**  
psychologue en bureau privé  
Sherbrooke  
26 années d'expérience

malsain avec nos collègues (présence de conflits, cynisme, négativisme) est aussi considéré comme aggravant. Enfin, les éléments organisationnels (manque de valorisation, de reconnaissance, de soutien ou de transparence de la direction, non-participation à des décisions importantes, exigences irréalistes) constituent aussi des facteurs de risque reconnus.

## b) Facteurs liés à l'intervenant

Les facteurs de risque identifiés concernent nos traits de personnalité (mauvaise connaissance de soi, faibles capacités de gestion de stress, rapport difficile à ses émotions, exigences irréalistes envers soi, frontières relationnelles mal définies, tendance à l'évitement, résistance à aller chercher de l'aide). Nos fragilités antérieures (traumas antérieurs non résolus qui peuvent être réactivés, tendance dépressive ou anxieuse), notre degré de compétence (plus il est faible, plus grand est notre risque), notre qualité de vie (présence de stressseurs dans notre quotidien), et nos modes relationnels avec notre clientèle (satisfaction de nos besoins par l'entremise des patients, relation transgressant l'empathie) ont aussi été identifiés comme des facteurs de risque.

## \_COMMENT EXERCER CE MÉTIER ENCORE LONGTEMPS... ET AVEC PLAISIR

Lorsque nous reconnaissons en nous des symptômes de FC ou de TV, il est urgent de mettre rapidement en place des « auto-soins » (ou *self-care*<sup>12</sup>). Plusieurs stratégies ont été proposées dans la littérature afin de prévenir ou d'atténuer les symptômes de TV ou de FC<sup>8,9,10,11,12,13</sup>.

Celle qui semble incontournable est d'abord, la *pleine conscience de soi*. Gardons-nous à l'œil et maintenons le contact avec notre corps, notre monde émotionnel et notre univers cognitif. Mesurons régulièrement l'impact de ce métier sur nous-mêmes : *Qu'est-ce que ce client (et ce qu'il a vécu) provoque en moi? Si je compare la personne que j'étais au début de ma profession avec celle que je suis devenue maintenant, en quoi suis-je différent? Dans mon contact avec mon corps et mes émotions? Dans mon rapport aux autres? Dans ma perception des choses et de la vie? Est-ce que ces différences me plaisent? M'inquiètent?*

Plusieurs autres stratégies sont proposées et peuvent être regroupées selon ces catégories :

*Sur le plan physique* : Il est conseillé unanimement de mettre en place une saine hygiène de vie (alimentation équilibrée, sommeil réparateur, exercice régulier, temps pour soi, vacances) qui devra constituer une base inébranlable et *ressourçante* vis-à-vis du stress du métier. De plus, il est suggéré d'intégrer au moins une activité nourrissante dans notre quotidien : celle-ci doit absolument être source de légèreté, induire de la vitalité et être très ludique. C'est le temps de mettre de côté notre bénévolat aux soins palliatifs pour intégrer la danse africaine, l'escalade, la confection de bijoux éclatés, le chant guttural inuit ou le rugby dans notre vie. Tout ce qui nous permettra de « lâcher notre fou », de rire aux éclats (et même de se bidonner franchement) sera le bienvenu<sup>14</sup>. Pensons à cultiver nos aspects créateurs, artistiques, spirituels, physiques et intellectuels.

### S'ÉMERVEILLER

*« Avec la naissance de mon enfant, j'ai dû changer mes stratégies pour me maintenir en santé psychologique. Mon horaire de travail est maintenant déterminé par l'horaire de famille et je travaille en semaine uniquement de 8 h du matin à 3 h 30 de l'après-midi. Je n'ai plus la souplesse horaire qui me permettait d'aller à des expositions ou des concerts, mais je vis le beau au travers de l'émerveillement de mon enfant qui découvre le monde. Je passe chaque jour des moments privilégiés avec lui qui me connectent avec la beauté.*

*La promenade est un moment de rencontre avec le beau. Le beau de la nature. [...] Je pense que le psychologue peut se maintenir en santé psychologique grâce à sa capacité à s'émerveiller du monde. »*



**Catherine Petit**  
psychologue en bureau privé  
Gatineau  
6 ans d'expérience

*Sur le plan émotionnel* : Plusieurs auteurs mentionnent combien il est essentiel de doser notre contact avec du matériel perturbant, et ce, dans notre quotidien (nouvelles télévisées, films, romans, relations interpersonnelles), mais aussi dans notre milieu professionnel (limiter les descriptions horribles des traumas en supervision ou en formation). N'oublions pas de nous offrir des moments pour « se laisser déposer » et pour faire le plein d'émotions positives. Puis, il est conseillé de maintenir une bonne relation avec nos émotions et de nous méfier d'une trop grande intensité émotionnelle négative ou au contraire du sentiment d'engourdissement. D'autres auteurs mettent l'accent sur la nécessité de cultiver une attitude bienveillante envers nous-mêmes : pouvons-nous nous offrir cette compassion que nous accordons si généreusement à nos patients? Enfin, entretenir des relations satisfaisantes avec des gens qui nous aiment et nous acceptent tels que nous sommes est considéré comme essentiel pour nous qui sommes en contact quotidien avec l'impact de la méchanceté et de la violence.

*Sur le plan cognitif* : Faire attention à ne pas nous laisser envahir par l'atmosphère de drame et *catastrophiser* (ou sur-minimiser) les événements de notre quotidien est conseillé dans la littérature, tout comme éviter les perceptions rigides. L'importance de s'offrir des expériences d'émerveillement, d'inspiration, d'émulation intellectuelle et de nourrir sa spiritualité est aussi nommée. Quand pourrions-

nous méditer? Prier? Admire de toute notre âme une œuvre d'art? Prendre le temps de réfléchir en profondeur sur un sujet qui nous passionne? Entretenir notre sentiment de sens? Enfin, il est conseillé de rechercher la congruence entre notre mode de vie, nos valeurs et les conseils que nous donnons à nos clients afin d'éviter de nous percevoir comme un imposteur.

*Sur le plan professionnel* : L'importance de se sentir outillé vis-à-vis de notre clientèle est évoquée régulièrement ainsi que le besoin d'obtenir soutien ou supervision. Assurons-nous d'établir nos limites à l'égard de la quantité de travail ou des caractéristiques de nos clients, puisqu'il importe d'éviter la sensation d'être piégé, dépassé ou impuissant. Participer à des recherches d'efficacité, varier les modes de thérapie et les fonctions, entretenir un bon climat de travail est ainsi fortement conseillé.

La littérature sur les impacts négatifs (mais aussi positifs!) de ce métier sur notre santé mentale et physique est encore embryonnaire, mais nous savons que le travail de psychologue n'est pas sans risque. Faisons-nous nous-mêmes ce que nous conseillons si facilement aux autres de faire? Oublions-nous trop facilement que notre vie professionnelle est un marathon et non pas un sprint? Dans ce métier où nous donnons énormément, assurons-nous d'entretenir constamment notre vitalité...



**SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE D'ANALYSE BIOÉNERGÉTIQUE (SOQAB)**  
**FORMATION À LA PSYCHOTHÉRAPIE**  
**DÉBUT DU CYCLE PRÉCLINIQUE DE FORMATION (3 ANS)**  
**ATELIERS RECONNUS POUR LA FORMATION CONTINUE EN PSYCHOTHÉRAPIE**

**Le lien indissociable entre le corps et le psyché : historique et concepts de base de l'analyse bioénergétique – Louise Fréchette, B.Péd., B.Sc.Or, M.Ps.**  
**23-24-25 août 2013 - Inscriptions : 514-739-6737**

**Les fondements corporels et psychiques de la thérapie en analyse bioénergétique : le concept d'enracinement – René Racine, B.A., M.Ps.**  
**27-28-29 septembre 2013 - Inscriptions : 418-852-1371**

**Lorsque le corps se rebelle :**  
**Gestion de l'agressivité, négativité, défenses et résistances - Michel Brien, B.sc., psychothérapeute**  
**22-23-24 novembre 2013 - Inscriptions : 514-385-6462**

**POUR INFORMATIONS: 514-385-3342**

**Courriel : [soqab@videotron.ca](mailto:soqab@videotron.ca)**

**Site Web : [www.soqab.com](http://www.soqab.com)**



# Programmation Printemps | Automne 2013

Formations  Porte-Voix

Toutes ces formations sont accréditées par l'OPQ

## Printemps 2013



**Violence dans la famille et troubles de santé mentale : évaluation du risque d'homicide, enjeux cliniques et psychothérapeutiques**

Mtl : 23-24 mai 2013 • Qc : 6-7 juin 2013

Par D<sup>re</sup> Suzanne Léveillé, psychologue



**L'accompagnement des victimes souffrant de stress post-traumatique (Niveau 1 - Base)**

Mtl : 13-14 juin 2013 • Qc : 9-10 mai 2013

Par D<sup>re</sup> Pascale Brillon, psychologue



**Initiation à l'intervention et au traitement des personnes présentant un trouble de la personnalité**

Mtl : 2-3 mai 2013 • Qc : 30-31 mai 2013

Par D<sup>r</sup> Sébastien Bouchard, psychologue



**L'utilisation du contre-transfert en séance avec des patients et patientes sévèrement régressés**

Mtl : 24 mai 2013 • Qc : 26 avril 2013

Par André Renaud, psychologue et psychanalyste



## Automne 2013\*



**Le traitement cognitif comportemental du trouble d'anxiété généralisée**

Mtl : 31-1<sup>er</sup> novembre 2013 • Qc : 5-6 décembre 2013

Par D<sup>r</sup> Frédéric Langlois, psychologue



**Le narcissisme normal et pathologique**

Mtl : 12-13 décembre 2013 • Qc : 14-15 novembre 2013

Par André Renaud, psychologue et psychanalyste



**Accompagnement des victimes souffrant de deuil traumatique (Niveau 1-Base)**

Mtl : 21-22 novembre 2013 • Qc : 24-25 octobre 2013

Par D<sup>re</sup> Pascale Brillon, psychologue



Informations et inscriptions  
[www.porte-voix.qc.ca](http://www.porte-voix.qc.ca)

Tél. : 418 658-5396 | Téléc. : 418 658-5982 | Courriel : [porte-voix@videotron.ca](mailto:porte-voix@videotron.ca)

\* Une formation s'ajoutera à la programmation de l'automne 2013

## Bibliographie

1. Thomson, M. (2013). *Dr. Peter Linnerooth, 1970-2013*. TIME U.S., Battleland, 11 janvier 2013.
2. Rizzolatti, G., Folgassi, L., Gallese, V. (2007). Les neurones miroirs. *Pour la Science*, 44-49.
3. Ramachandran, V. (2011). Le cerveau fait de l'esprit : Enquête sur les neurones miroirs. Poche.
4. Rothschild, B. avec Rand, M. (2006). Help for the helper: The psychophysiology of compassion fatigue and vicarious trauma. Norton & Company.
5. Foa, E. B., Steketee G., et Rothbaum, B. O. (1989). Behavioral-cognitive conceptualizations of posttraumatic stress disorder. *Behavior Therapy*, 20, 155-176.
6. Joseph, S. A., Williams, R., & Yule, W. (1995). Psychosocial perspective on post-traumatic stress. *Clinical Psychology Review*, 15, (6), 515-544.
7. Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*. New York: The Free Press.
8. Agence de la santé publique du Canada (2001). *Guide sur le traumatisme vicariant : Solutions recommandées pour les personnes luttant contre la violence*. Centre National d'information sur la violence dans la famille.
9. Brillon, P. (2010). Comment aider les victimes souffrant de stress post-traumatique (Guide à l'intention des thérapeutes). (4<sup>e</sup> édition) Éditions Quebecor.
10. Brillon, P. (2010). *La fatigue de compassion et le trauma vicariant : Mieux les reconnaître et mieux s'en protéger*. Manuel du participant à la formation. Association québécoise Plaidoyer-Victimes.
11. Mathieu, F. (2012). *The compassion fatigue workbook: Creative tools for transforming compassion fatigue and vicarious traumatization*. Routledge.
12. Saakvitne, K.W. et Pearlman, L.A. (1996). *Transforming the pain: A workbook on vicarious traumatization*. Traumatic Stress Institute. WW Norton & Cie.
13. Van Dernoot Lipsky, L. avec Burk, C. (2009). *Trauma Stewardship: An everyday guide to caring for self while caring for others*. Berrett & Koehler Publishers.
14. Brillon, P. (2012). « Embrasser la vie », dans *Quand la mort est traumatique : Passer du choc à la sérénité*. Éditions Quebecor.

### RELATIVISER

*« Bien plus que le défi des difficultés des clients, ce sont plus souvent les contraintes du milieu de travail dans un établissement de santé qui risquent de fragiliser notre santé psychologique. Le nombre de psychologues en CLSC n'a pas suivi l'accroissement significatif de la demande et de la sévérité des problématiques des clients. Ainsi, devoir choisir entre les clients en souffrance sur une liste d'attente qui ne cesse de s'allonger et la limite de temps alloué aux clients en psychothérapie, qu'on souhaiterait traiter convenablement comme s'ils avaient les moyens d'aller au privé, crée un sérieux dilemme. De plus, les limites voire les compressions budgétaires, les objectifs de "performance et d'optimisation" semblent*

*soustraire la notion de qualité du service à la clientèle. L'encadrement et le contrôle du personnel prennent le pas sur la supervision clinique et humaine.*

*Les formations et la supervision personnelle, prendre une distance avec ce que je ne peux contrôler et se recentrer pour améliorer la qualité du service offert au client dans mon bureau sont parmi les moyens les plus efficaces pour moi pour composer avec ses contraintes. »*

Paule Limoges  
psychologue au CSSS Alphonse-Desjardins  
Lévis  
9 ans d'expérience

# \_ Vient de paraître



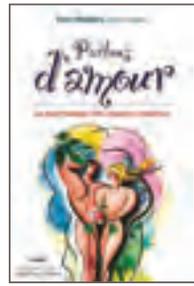
1



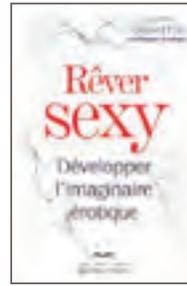
2



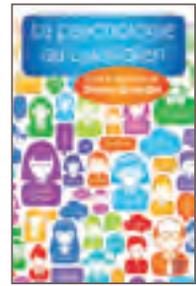
3



4



5



6

## 1\_LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES ADOLESCENTS

Un ouvrage grand public, abondamment documenté, qui explique comment préserver et améliorer la santé mentale des jeunes. Il aborde les ingrédients de base d'une bonne santé mentale, les facteurs de protection de la santé mentale et les facteurs de risque de développer un trouble mental.

*Yvon L'Abbé, psychologue, Dr Yves Lamontagne, psychiatre, et Dr Robert Labine, psychiatre et psychanalyste*  
Béliveau éditeur

## 2\_OSER LE COUPLE

La vie de couple fait toujours rêver. Dans une société hostile, le couple répond à un besoin de douceur et de réconfort. Pourtant, vivre à deux n'a jamais été aussi compliqué. Pourquoi est-il si difficile de se rencontrer et de s'investir? De résister à l'usure? D'aimer malgré la déception? Dans un passionnant dialogue, les deux auteurs nous livrent une réflexion originale et les clés essentielles pour comprendre le couple d'aujourd'hui, ce « troisième territoire » créé à deux.

*Rose-Marie Charest, psychologue, et Jean-Claude Kaufmann, sociologue*  
Bayard Canada

## 3\_VÉCU PSYCHOSEXUEL DE LA PREMIÈRE GROSSESSE À L'APPROCHE DE L'ACCOUCHEMENT : CONTEXTE TUNISIEN

Théoriquement, la première grossesse s'imisce dans celles qui la succèdent à des degrés divers. La grossesse ne saurait se résumer à un travail biologique complexe. Elle ne consiste pas uniquement en l'élaboration d'un nouvel être. Elle induit nécessairement un nouveau rapport de la femme à son corps qui change, se réarrange et se déploie. Ce ressenti s'accompagne de peurs, de désirs et de représentations fantasmatiques de soi et de l'enfant à venir, du conjoint et de l'entourage.

*Dr Mohamed Laïd Alimi, psychologue*  
Connaissances et Savoirs

## 4\_PARLONS D'AMOUR : LA PSYCHOLOGIE DES COUPLES HEUREUX

Le bonheur conjugal n'est pas quelque chose que l'on peut atteindre une fois pour toutes, et personne n'est à l'abri des coups durs que réserve la vie. Le bonheur n'est pas toujours confortable. L'amour n'est pas toujours harmonieux. Voilà ce que nous enseigne la psychologie des couples heureux.

*Yvon Dallaire, psychologue*  
Les éditions Québec-Livres

## 5\_RÊVER SEXY

L'imaginaire érotique compte pour une part importante de toute sexualité épanouie. Les sexologues, les psychologues et les intervenants (toxicomanie, violence faite aux femmes, troubles alimentaires, etc.) y trouveront un outil aussi utile qu'original. À l'aide de nouvelles érotiques, ce guide donne l'occasion de personnaliser chaque nouvelle.

*Johanne Ouimette, psychologue*  
Les éditions Québec-Livres

## 6\_LA PSYCHOLOGIE AU QUOTIDIEN

Transporté de l'enfance au vieillissement, en passant par quelques-unes des épreuves de la vie, cet ouvrage invite le lecteur à prendre conscience de différentes problématiques psychologiques très fréquentes. On y définit les types de troubles afin d'aider les gens à les identifier au quotidien. Ce livre donne aussi des pistes de solution concrètes pour aider le lecteur à composer avec ces difficultés. Ceci permet de mieux évaluer si une aide psychologique extérieure est nécessaire et, le cas échéant, où aller la chercher.

*Collaboration de plusieurs professeurs de l'École de psychologie de l'Université Laval, sous la direction de Simon Grondin*  
Presses de l'Université Laval



7

## 7\_L'ART DE CONCILIER LE TRAVAIL ET LA VIE PERSONNELLE

Ce livre, ponctué d'humour, agréable à lire et dans lequel on trouve des exercices rafraîchissants, aidera le lecteur à mieux équilibrer sa vie. L'auteure y traite de la connaissance de soi, de la gestion du temps, du stress, des émotions et de la communication interpersonnelle. Elle invite le lecteur à préciser son propre plan d'action pour un quotidien plus satisfaisant.

D<sup>re</sup> *Guylaine Deschênes, psychologue*  
Les éditions Québec-Livres

## 8\_LE DEUIL AMOUREUX

S'inspirant d'analyses cliniques et de son expérience personnelle, l'auteure explore chaque étape de la rupture depuis les premiers signes de discordance jusqu'à la fin du deuil, en passant par la gestion de crise. Elle donne des conseils pour surmonter cette épreuve, tourner la page et redevenir libre de s'engager.

Cet ouvrage de vulgarisation psychologique et de développement personnel s'adresse aux adultes touchés par une perte amoureuse ou témoins du deuil amoureux d'un proche. Il aidera toute personne aux prises avec cette souffrance à transformer l'expérience de la séparation en un parcours libérateur.

*Josée Jacques, psychologue*  
Les éditions Québec-Livres



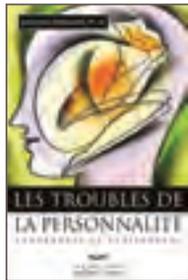
8

## L'INTIMIDATION ENTRE ENFANTS : ÉTAT DES CONNAISSANCES, 10 ANS PLUS TARD



En 2001, l'Ordre des psychologues du Québec et l'Association québécoise des psychologues scolaires (AQPS) avaient lancé une campagne de sensibilisation portant sur l'intimidation entre enfants. Depuis, un grand nombre de recherches sont venues enrichir les connaissances sur le sujet. Au Québec, une loi oblige maintenant les écoles à se doter d'un plan d'action pour contrer l'intimidation. Dans ce contexte, l'AQPS vient de publier une mise à jour des connaissances qui fait état de nouvelles façons de voir et d'intervenir. Alors que jusque-là on se contentait de décrire et de décrier, on peut maintenant mieux comprendre les mécanismes en jeu, notamment les pressions qui s'exercent dans l'apprentissage à la socialisation des jeunes et qui peuvent favoriser l'apparition de l'intimidation. On saisit mieux les motifs qui font que les témoins, éléments clefs dans l'intervention, restent souvent à l'écart ou même encouragent l'intimidation. On offre des explications au fait qu'il soit si difficile de modifier ces comportements et on propose des façons d'assurer des interventions plus efficaces. La première partie du document est faite de textes plus théoriques et la deuxième fait état de différentes initiatives fructueuses menées au Québec depuis quelques années. Au total, une vingtaine de psychologues engagés dans des programmes pour contrer l'intimidation ont collaboré à la rédaction de ce document.

Ce guide s'adresse d'abord aux psychologues scolaires, mais également à tout intervenant intéressé par le problème, notamment les psychologues cliniciens qui reçoivent régulièrement en consultation des victimes d'intimidation. On peut se procurer ce guide au coût de 40,24 \$ (taxes incluses) en faisant parvenir un chèque à l'ordre de l'AQPS à l'adresse suivante : AQPS, 320, boulevard Leclerc, C.P. 50006, Granby (Québec) J2G 9R9.



9

## 9\_ LES TROUBLES DE LA PERSONNALITÉ : FONDEMENTS ET TRAITEMENTS

Cet ouvrage de psychologie clinique présente les problèmes adaptatifs qu'entraîne chez l'enfant une attitude parentale de protection et d'éducation trop fortement guidée par l'intimidation et la provocation. Il fait valoir les effets immédiats et ultérieurs des peurs et des agressivités soulevées dans ces conditions et montre comment chacun des troubles de la personnalité se développe et évolue à l'âge adulte, avec sa symptomatologie particulière et ses résistances spécifiques au changement. L'auteur propose aussi une série de moyens thérapeutiques visant à réapproviser la personne à son semblable et à lui donner les outils de réflexion nécessaires pour calmer ses appréhensions inhibitrices ou désinhibitrices acquises durant cette période charnière de la vie.

*Jacques Debigaré, psychologue*  
Les éditions Québec-Livres

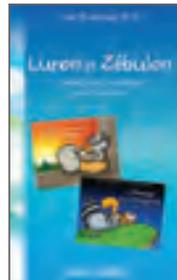


10

## 10\_ COMPRENDRE ET GÉRER SA MOTIVATION

Cet essai présente un modèle pour comprendre et gérer sa motivation. Le premier chapitre décrit l'ensemble des besoins qui orientent l'action d'une personne. Le deuxième discute des essentiels de la vie. Quant au troisième, il est consacré à la gestion de sa motivation. Un glossaire final réunit les définitions des principaux termes utilisés. Pour le lecteur intéressé, des encadrés et des références donnent accès aux fondements théoriques du modèle décrit.

*D<sup>r</sup> Yves St-Arnaud, psychologue*  
Les éditions Québec-Livres



11

## 11\_ LURON ET ZÉBULON – L'ENFANT FACE À LA MALADIE GRAVE D'UN PARENT

Les contes Luron apprivoise les forces de l'espoir et L'Amour pour toujours mettent en scène deux personnages qui partagent une aventure similaire, mais dont l'issue diffère. Dans un cas, la mère surmonte la maladie et dans l'autre, elle y succombe. Chacun de ces parcours s'inscrit dans l'histoire de vie de ces enfants et participera à leur développement psychique. Afin de mieux comprendre comment les enfants peuvent expérimenter cette dure réalité de la maladie et de la mort, la D<sup>re</sup> St-Amour propose deux types d'approches complémentaires : l'une explorera la dimension psychologique et l'autre, la dimension pédagogique.

*D<sup>re</sup> Line St-Amour, psychologue*  
Les éditions Un monde différent



12

## 12\_ INTERVENIR AUPRÈS D'UNE CLIENTÈLE PRÉSENTANT UNE ORGANISATION LIMITE DE LA PERSONNALITÉ DANS UN CONTEXTE DE CRISE

Ce guide sert à mieux comprendre les principes de l'intervention et de la coordination des services dans un contexte de crise. Cet outil, bâti en collaboration avec le D<sup>r</sup> Évens Villeneuve, psychiatre, et l'équipe du Centre de traitement Le Faubourg Saint-Jean, est destiné en premier lieu aux professionnels et aux médecins œuvrant auprès d'une clientèle présentant une organisation limite de la personnalité pédagogique.

*D<sup>r</sup> Joseph Maranda et  
D<sup>re</sup> Claudia Savard, psychologues*  
Institut universitaire en santé mentale de Québec

# LA TROISIÈME VAGUE DES THÉRAPIES COMPORTEMENTALES ET COGNITIVES

Ateliers accrédités par l'OPQ pour la formation continue des psychothérapeutes.

## ACT - La thérapie d'acceptation et d'engagement

Offre des outils flexibles pour promouvoir la pleine conscience, la distanciation d'avec les pensées, l'acceptation des émotions douloureuses et l'action en harmonie avec ses valeurs personnelles. Appuyée sur des données probantes, l'ACT est une thérapie comportementale, existentielle et humaniste.

## FAP - La thérapie basée sur l'analyse fonctionnelle

Utilise la pleine conscience et le renforcement positif dans le moment présent. Fondée sur l'analyse clinique du comportement, elle aide à potentialiser la relation thérapeutique pour faciliter des changements profonds et durables. La FAP peut aisément s'intégrer à d'autres approches, en particulier l'ACT.

### Nos formateurs



#### Benjamin Schoendorff M.Ps.

Psychologue, formateur ACT international et formateur FAP certifié. Auteur de *Faire face à la souffrance*, (Retz, 2009) et co-auteur de *La thérapie d'acceptation et d'engagement, Guide clinique* (de Boeck 2011).



#### Marie-France Bolduc M.Ps.

Psychologue, travaille en CLSC en santé mentale adulte, co-auteure de *La thérapie d'acceptation et d'engagement, Guide clinique*.

### Invités internationaux

**KELLY WILSON** est un des fondateurs de l'ACT et auteur de *Mindfulness for two*. Kelly est un des formateurs ACT les plus demandés. Son atelier expérimentiel vous permettra d'explorer en profondeur les processus de l'ACT: acceptation, pleine conscience et action engagée.

Montréal 20 & 21 février 2014



**RUSS HARRIS** est l'auteur de *Piège du bonheur* et de *Passer à l'ACT*. Il est apprécié à travers le monde pour ses ouvrages et sa capacité à rendre la pratique de l'ACT simple et ludique.

Montréal 12 & 13 juin 2014



Traduction simultanée anglais / français.

Nos ateliers sont structurés autour du modèle intuitif de la matrice.

**Ateliers niveau 1** : Bases théoriques et scientifiques. Utiliser la matrice et entraîner ses habiletés cliniques : exercices cliniques et expérimentiels, jeux de rôles, séquences vidéo.

**Ateliers niveau 2** : Cas difficiles et approfondissement théorique. Pratique des habiletés cliniques : exercices cliniques et expérimentiels, études de cas, jeux de rôles.

**Ateliers ACT/FAP en ligne** : Huit rencontres hebdomadaires de deux heures en petit groupe de neuf participants. Ce format permet un apprentissage idéalement distribué et une intégration optimale à votre pratique clinique.

#### Montréal

ACT niveau 1 : 3 & 4 octobre 2013

ACT in English level 1 : sept 13<sup>e</sup> & 14<sup>e</sup> 2013

#### Québec

FAP niveau 2 : 2 & 3 mai 2013

ACT niveau 1 : 17 & 18 octobre 2013

FAP niveau 1 : 28 & 29 novembre 2013

**Ateliers en ligne** (consulter le site)

**Prix** (taxes en sus) : 375 \$, étudiants 150 \$, formation continue OPQ 400 \$.

**Ateliers en ligne** : 500 \$.

**Ateliers internationaux** : 425 \$, étudiants 200 \$, formation continue OPQ 450 \$.

Renseignements et inscriptions : <http://guidecliniqueact.com>

ATELIER DE FORMATION ORGANISÉ PAR L'ORDRE DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC  
DANS LE CADRE DU CONGRÈS DE LA SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PSYCHOLOGIE

Mercredi 12 juin 2013  
9 h à 16 h 30  
Centre des congrès de Québec

# L'évaluation, l'intervention et la prévention dans les cas de deuil

Des études rapportent que de 15 à 20 % des individus ayant perdu un être cher éprouvent une douleur émotionnelle intense ainsi qu'une altération profonde du fonctionnement nécessitant une intervention psychologique qualifiée. Offrir une thérapie efficace aux personnes endeuillées peut s'avérer complexe et exiger du psychologue un haut niveau de compétence et d'expertise en matière d'évaluation, de diagnostic et de planification de traitement. Dans cet atelier, nous ferons état des principales manifestations du deuil en soulignant les différences culturelles qui existent dans l'expression du deuil. Nous aborderons la question des déterminants contextuels et biopsychosociaux du deuil dans le but d'en arriver à mieux comprendre les variations qui existent dans la durée et l'intensité du deuil. Nous traiterons de la question des phases ou étapes du deuil et nous commenterons la littérature portant sur l'évolution du deuil. Nous ferons le point sur diverses questions liées à la définition du deuil « normal » et « pathologique » dans les systèmes de classifications des troubles mentaux (DSM et ICD). L'analyse fonctionnelle du deuil, les traitements psychologiques, les stratégies d'accompagnement et de prévention feront l'objet d'une attention particulière. Des exemples de cas seront présentés pour faire le lien entre les connaissances théoriques et l'application clinique.

## OBJECTIFS

- Définir le deuil;
- comprendre ce qui influence la durée et l'intensité du deuil;
- différencier le deuil « normal » du deuil « pathologique »;
- acquérir des connaissances sur l'analyse fonctionnelle du deuil;
- connaître les principales stratégies d'intervention fondées sur des données probantes;
- identifier des stratégies d'accompagnement et de prévention pour le deuil.

## FORMATEUR

D<sup>r</sup> Janel Gauthier / Psychologue



Le D<sup>r</sup> Gauthier est psychologue clinicien de formation. Il exerce la profession de psychologue depuis 1975. Il a été professeur en psychologie clinique à l'Université Laval de 1978 à 2012.

Il est l'auteur de nombreuses publications dans le domaine de la psychologie de la santé et des thérapies cognitives et comportementales pour le deuil, l'anxiété, la dépression, la douleur et la faible estime de soi. Il a été l'un des premiers auteurs à développer et à proposer des stratégies d'évaluation et de traitement basées sur un modèle biopsychosocial du deuil.

## INSCRIPTION

Cet atelier est offert dans le cadre du congrès de la Société canadienne de psychologie, qui se tient du 12 au 15 juin 2013 au Centre des congrès de Québec. Le programme complet du congrès est disponible à l'adresse : [www.cpa.ca/congres](http://www.cpa.ca/congres)

Pour vous inscrire à l'atelier sur le deuil :  
[www.cpa.ca/congres/ateliersprecongres](http://www.cpa.ca/congres/ateliersprecongres)

Date : Le mercredi 12 juin 2013  
Lieu : Centre des congrès de Québec  
Heure : 9 h à 16 h 30  
Prix : 114,98 \$, taxes incluses

Nombre d'heures reconnues en formation continue en psychothérapie : 6 heures

Cet atelier sera présenté en français avec traduction simultanée en anglais.



# Le catalogue de formation continue, un outil efficace pour magasiner vos formations

Regroupant près de 400 activités de formation continue reconnues en psychothérapie, le catalogue de formation continue de l'Ordre est devenu le meilleur outil de recherche en matière de formation dédiée aux psychologues! Le catalogue recense une très vaste majorité de l'offre de services en formation à l'intention des psychologues. Ce nouvel outil mis en ligne depuis quelques mois a été créé afin de faciliter la recherche de formations reconnues en psychothérapie pour satisfaire l'obligation professionnelle des 90 heures sur 5 ans. Toutes les activités reconnues en psychothérapie sont inévitablement inscrites au catalogue.

Pour consulter le catalogue, accédez au site de l'Ordre au [www.ordrepsy.qc.ca](http://www.ordrepsy.qc.ca), rendez-vous dans la section « Psychologue », cliquez sur « Formation continue des psychologues » dans le menu de gauche, et choisissez ensuite « Catalogue des activités de formation continue ».

Les critères de recherche actuels sont : le type d'activité, la date de l'activité (par mois), le nombre d'heures reconnues en psychothérapie, les modèles d'intervention théorique et le fait que l'activité ait lieu en salle ou en ligne. Par exemple, pour trouver une activité reconnue en psychothérapie, vous devrez sélectionner « Programme de formation continue en psychothérapie » dans la liste déroulante sous « Type d'activité ». L'Ordre travaille présentement à ajouter de nouveaux critères pour rendre la recherche plus conviviale. L'indexation des sujets, réclamée par les utilisateurs du catalogue, fait notamment partie des réflexions.

Le tableau des résultats peut être filtré par titre, date, ville et nombre d'heures reconnues en psychothérapie. Il suffit de cliquer sur ces termes au sommet de chaque colonne pour trier la liste selon votre préférence. Lorsque vous cliquez sur une activité en particulier, un résumé complet apparaîtra, incluant la présentation du formateur, les objectifs de la formation et les renseignements concernant la manière de s'y inscrire. Il est possible d'imprimer uniquement cette activité en cliquant sur le bouton prévu à cet effet.

Nous vous invitons à consulter le catalogue, un outil en plein développement, qui vous permettra de magasiner vos formations!

## CFSMO - FORMATIONS EN LIGNE

CES ACTIVITÉS DE FORMATIONS SONT RECONNUES AUX FINS DE LA FORMATION CONTINUE EN PSYCHOTHÉRAPIE

**VOICI UN APERÇU DES AVANTAGES DONT VOUS BÉNÉFICIEZ EN ACHETANT UNE FORMATION EN LIGNE VIA NOTRE PORTAIL [CHPJ.CA/CAMPUS](http://CHPJ.CA/CAMPUS) :**

- Toutes nos formations en ligne sont accréditées par l'OPO
- Vaste choix de formations en psychothérapie offertes par des formateurs chevronnés (déjà plus de 30 formations accessibles)
- Accès facile et convivial au portail
- Liberté de visionner les formations à votre rythme
- Possibilité d'achat par cours individuel ou par forfait (économie)
- Accès à la documentation déposée par le formateur dans la bibliothèque de votre formation
- Accès sur votre compte à votre certificat d'attestation de réussite pour la reconnaissance de vos heures de formation continue

Pour information supplémentaire : [suzanne\\_dorais@ssss.gouv.qc.ca](mailto:suzanne_dorais@ssss.gouv.qc.ca)

**FORFAITS DISPONIBLES ACHETEZ DES FORMATIONS À MOINDRE COÛT**

- **BRONZE** | 15 heures de formation | 479 \$
- **ARGENT** | 30 heures de formation | 899 \$
- **OR** | 45 heures de formation | 1229 \$
- **PLATINE** | 60 heures de formation | 1449 \$

[chpj.ca/campus](http://chpj.ca/campus)



# Saviez-vous que?

## Sommes-nous plus intelligents qu'avant?

Par D<sup>e</sup> Nathalie Girouard, psychologue, conseillère à la qualité et au développement de la pratique

Selon une recherche effectuée par Serge Larivée, professeur à l'École de psychoéducation de l'Université de Montréal, et ses collègues<sup>1</sup>, l'augmentation du quotient intellectuel (QI) observée en ce moment ne signifie pas que nous sommes nécessairement plus intelligents que nos grands-parents. Depuis la fin des années 1970, on observe en effet une augmentation des résultats obtenus par les tests d'intelligence de trois à cinq points par décennie (effet Flynn). Les chercheurs indiquent que l'effet Flynn ne s'observe pas dans tous les tests de QI et que son effet est plus marqué dans les épreuves qui évaluent les habiletés visuospatiales et les épreuves logiques plutôt que celles qui mesurent les performances verbales et mathématiques. Notre intelligence s'exprimerait donc différemment : « Nos grands-parents avaient une intelligence plus pratique, nous avons une intelligence plus abstraite. »

Différentes hypothèses sont soulevées pour expliquer cet effet, comme les facteurs culturels (p. ex., scolarisation, familiarité avec les tests d'intelligence, amélioration de la santé, attitudes parentales). En ce qui a trait aux facteurs génétiques, les gènes ont besoin d'un environnement stimulant afin de pouvoir s'exprimer. La théorie de « l'effet combiné des gènes et de l'environnement » indique aussi que lorsque l'effet stimulant de l'environnement est atteint, un plateau est observé. La stabilisation des scores moyens du QI s'observerait dans certains pays développés, alors qu'on note une augmentation du QI moyen dans les pays en voie de développement. Ceci est bien perçu par Serge Larivée et reflète une diminution de l'écart entre les riches et les pauvres, de même qu'entre « les plus doués et les moins doués ». Comme quoi « un environnement stimulant peut bénéficier aux plus démunis ».

### Note

1 Larivée, S., Sénéchal, C., et Audy, P. (2012). L'« effet Flynn » et ses paradoxes. *L'Année Psychologique*, 112 (3), p. 465-497. Tiré du Guide de Référence Santé [nouvelles@guidesanteenligne.com], 15 février 2013.

<p><b>SAINTE-ADÈLE</b></p> <p><b>PROGRAMME</b> 6<sup>ÈME</sup> COLLOQUE AIFI 7 ET 8 JUIN 2013 Formation (pré-colloque) 6 juin 2013</p> <p><b>"Les compétences parentales et les familles séparées"</b></p>  <p>AIFI</p> <p>Hôtel Le Châtelet 1474, chemin du Châtelet Sainte-Adèle, Québec, Canada J8E 1A2 Tél. : 1 450 229-2683 Fax : 1 450 229-5593</p>	<p><b>IMPONDANT COLLOQUE</b> <b>POUR UNE MEILLEURE</b> <b>INTERVENTION</b> <b>auprès des</b> <b>FAMILLES</b> <b>SÉPARÉES</b></p>	<p><b>5 semaines pré-colloque le samedi 8 juin 2013</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La médiation familiale dans le contexte de l'isolement et à distance: FORMATEURS: Madame Jocelyne DAHAN, directrice du CÉRME (Toulon), médiatrice familiale et formatrice et Monsieur Christian D'URSEL, médiateur familial, formateur en médiation, avocat (Strasbourg)</li> <li>Épouse psychocicliste, à travers la position de l'enfant: FORMATEURS: Madame Paule LAMONTAGNE, L. Pa. psychologue clinicienne (Québec) et Me Irène LÉROUX, avocate en droit de la famille (Québec)</li> <li>État des recherches au sujet des familles séparées et recomposées: FORMATEURS: Monsieur Gérard FOURNIE, psychologue (France) avec l'appui de Monsieur Frédéric D. Joffe, psychologue (Québec)</li> <li>Pourquoi les couples de familles recomposées sont-ils plus à risque de se séparer? FORMATEURS: Madame Marie-Cristine MARI, JACQUES, Ph. D., T.S., Professeure titulaire à l'École de service social de l'Université Laval et Co-directrice universitaire de l'ARJIC, spécialiste parentale et recomposition familiale</li> <li>L'impact des séparations familiales complexes sur la bien-être des jeunes / Réalité d'une étude nationale longitudinale portant sur le développement des jeunes Canadiens: FORMATEURS: Madame Julie GOSSELIN, Ph. D., C. Psy., Professeure adjointe/ Directrice du labo de recherche sur la famille recomposée à l'École de Psychologie de l'Université d'Ottawa</li> </ul>
	<p><b>À NE PAS MANQUER</b></p>	<p><b>6<sup>ÈME</sup> COLLOQUE AIFI le samedi 7 juin 2013</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Programme de conférences sur le sujet en chef du Colloque: "Médiation Névrosée Éclaircie"</li> <li>PLÉNIÈRE: CONFÉRENCES: Monsieur Bernard BASTARD, sociologue Directeur de recherche au CNRS (équipe des services sociaux de la ville de Caen) FRANCE; Dr Jean-Paul MATOT, pédiatre-psychiatre, Secrétaire de l'Association Française de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent BELGIQUE; Madame Sylvie DRAPPEAU, psychologue, professeure titulaire à l'École de psychologie de l'Université Laval, membre du Centre de recherche Jeunes et Famille à l'école de la Centre jeunesse de Québec/Institut universitaire de Québec</li> </ul>
	<p><b>POUR PLUS DE DÉTAILS AU PROGRAMME ET POUR VOUS INSCRIRE</b></p> <p><b>WWW.AIFI.INFO</b></p>	<p><b>7<sup>ÈME</sup> COLLOQUE AIFI le samedi 8 juin 2013</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Les nouvelles compétences parentales dans les familles recomposées</li> <li>Les compétences des parents en contexte de séparation/divorce/isolement</li> <li>La coparentalité: quand la coparentalité est compliquée ou impossible</li> <li>Compétences parentales et pratiques d'isolement</li> <li>Situations extrêmes et compétences parentales</li> <li>Évaluation, formation et compétences parentales</li> <li>Regardez autour de vos compétences parentales</li> </ul> <p>Colloque 8, samedi 8 juin 2013</p> <p>Préface:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Confé de l'isolement et coparentalité parentales, peut de voir d'un psychologue, Monsieur Léon WITKOWSKI, psychologue, POLOGNE</li> <li>Regard de juge sur les compétences parentales des familles séparées, Monsieur Jean-Pierre BÉGIN, C. Jur. (supérieur) de Québec, QUÉBEC</li> <li>Les compétences des parents séparés : une réalité généralisée? Monsieur Richard Côté, psychologue, professeur invité, Université Laval, QUÉBEC</li> </ul> <p>CONFÉRENCES DE CLÔTURE: la dernière séance est un forum interactif et la Publication de la journée de Québec, 1474, chemin du Châtelet, Québec, Québec</p>



INSTITUT DE FORMATION  
PSYCHOTHÉRAPIE PAR LE JEU  
AUPRÈS DE L'ENFANT

**Formation de base à la  
psychothérapie par le jeu**

Durée : 24 heures

**Les 7 et 21 septembre &  
5 et 19 octobre 2013**

**Séminaire sur le diagnostic par le jeu libre  
et une mise en rapport avec le CAT,  
le Blacky, le TAT et les épreuves graphiques**

Durée : 24 heures

**Les 14 et 28 septembre &  
les 12 et 26 octobre 2013**

Ces deux activités sont reconnues pour le programme de formation continue en psychothérapie pour 24 heures chacune.

RENSEIGNEMENTS ET PROCÉDURES D'INSCRIPTION :

[www.psychotherapieparlejeu.com](http://www.psychotherapieparlejeu.com)

## Dans le sillage de :

Des tout-petits jouent, parlent et... se transforment (Bossé et al., 1999)

Initiation à la pratique psychothérapeutique auprès de l'enfant (Bossé, 2003)

Le sexe du psychothérapeute et son influence en pratique infantile (Bossé et al., 2008)

« Pourquoi j'irais chez la psy, maman?... » (Bossé, 2011)

Le mode de fonctionnement affectif de l'enfant (Bossé, 2012)

Voici de M. Bossé & F. Guay :

## **Évolution de la dynamique affective et accès à l'équilibre**

Récit intégral de quatre thérapies par le jeu

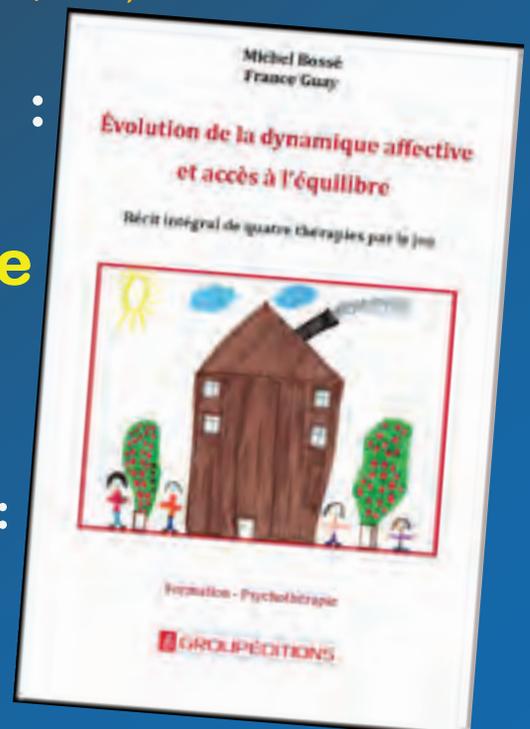
Pour la liste de prix et une  
description du contenu, consultez :

[www.psychotherapieparlejeu.com](http://www.psychotherapieparlejeu.com)

(onglet Ouvrages)

ou

[www.groupeditions.com](http://www.groupeditions.com)





ORDRE DES  
PSYCHOLOGUES  
DU QUÉBEC

## \_INSPECTEUR BILINGUE

**L'Ordre est à la recherche d'un ou d'une psychologue qui agira à titre d'inspecteur dans le cadre de l'inspection professionnelle.**

### Critères :

- Parfaitement bilingue (à l'oral et à l'écrit)
- Avoir été inspecté ou être prêt à l'être
- Avoir suivi ou être prêt à suivre le cours « Déontologie et professionnalisme »
- Au moins huit (8) années de pratique à titre de psychologue, peu importe le secteur de pratique
- Polyvalence : ouverture à différents secteurs d'activités, à différentes approches, à l'interdisciplinarité
- Intérêt pour le développement et le maintien de la qualité professionnelle
- Engagement dans la formation continue
- Bonnes capacités rédactionnelles, esprit de synthèse
- Bonnes qualités relationnelles, facilité à communiquer
- Qualités pédagogiques
- Rigueur, bon jugement
- Disponibilité minimale de 10 heures par mois
- Fonction rémunérée

Si vous avez besoin d'information complémentaire, n'hésitez pas à communiquer avec M<sup>me</sup> Ginette France Thomas, responsable de l'inspection professionnelle.

Pour soumettre sa candidature

Les personnes intéressées sont invitées à faire parvenir leur curriculum vitae, accompagné d'une courte lettre explicative sur leur motivation **avant le 24 mai 2013**, par courriel, à l'adresse suivante : [loostdyke@ordrepsy.qc.ca](mailto:loostdyke@ordrepsy.qc.ca)

## \_PSYCHOLOGUES DEMANDÉS POUR DU CYBERMENTORAT AUPRÈS DES JEUNES

L'organisme Academos recherche des psychologues bénévoles intéressés à faire du cybermentorat auprès des jeunes de 14 à 30 ans en recherche de carrière. Via le Web, les professionnels et les étudiants peuvent discuter des réalités de la profession et des détails qui échappent bien souvent aux cours d'orientation et autres dépliants de programmes d'études. Pour vous inscrire comme cybermentor, consultez le [www.academos.qc.ca](http://www.academos.qc.ca).

# Tableau des membres

En date du 27 mars 2013

## \_NOUVEAUX MEMBRES

Adam, Anne-Marie	Leconte, Catherine
Bernier, Marie-Eve	Levesque, Jacenta
Bertrand, Audrey	Lungescu, Francesca
Bissonnette, Patrice	Mailhot, Caroline
Bourgeois-Turcotte, Maude	Neugnot-Cerlioli, Mathilde
Bruneau-Bhérier, Rosée	Paes Araujo Fialho, Patricia
Cohen, Caroline	Perreault, Michelle
Cooperman, Peter	Plourde, Marilyn
Dere, Jessica	Quintana-Arancibia, Carmen
Diaz Rivera, Erika Elizabeth	Rachidi, Amal
Djerroud, Nadera	Rowat, Ronda
Duvillié, Xavière	Simard, Annie
Finn, Kathleen	Spanierman, Lisa
Girard, Jade	Tessier-P., Véronik
Goldfarb, Maria Rocio	Trottier, Dominique
Hotte-Bernard, Judith	Vachon, Chantal
Lane, Kimberly	Vail, Mark Curtis
Lapointe, Nadia	Valaud, Christophe
Laumon, Christel	
Lavoie, Virginie	

## \_DÉCÈS

St-Yves, Aurèle

## \_UN CAMP D'ÉTÉ POUR LES JEUNES SOUFFRANT DE PROBLÈMES DE SURPOIDS ET D'OBÉSITÉ

Le camp le P'tit Bonheur, situé dans les Laurentides, accueillera dès cet été le programme SNAP, « Santé – Nutrition – Activité physique », destiné aux jeunes souffrant de problèmes de surpoids et d'obésité. Créé en collaboration avec le CHU Sainte-Justine, ce camp leur offrira notamment des ateliers de nutrition, de motivation, d'estime de soi et de cuisine-santé. L'objectif principal est d'encourager de saines habitudes de vie et non de perdre du poids. Grâce à la Fondation Père Sablon et à de généreux donateurs, une cinquantaine de jeunes défavorisés participeront à ce camp cet été. Pour plus de renseignements sur cette initiative, visitez le [www.ptitbonheur.com](http://www.ptitbonheur.com).

# Registre des psychothérapeutes

En date du 27 mars 2013

## \_NOUVEAUX DÉTENTEURS DE PERMIS

Abelé, Astrid	Davies, Linda	Hébert, Rolande	Parent, Geneviève
Abram, Caroline	Despatie, Geneviève	Hopf, Gabriele	Phelps, Jason
Ashkenazy, Naomi	Dubeau, France	Jabarit, Alexis	Reid-Powe, Jennifer
Backman, Deborah	Dumont, Emilie	Junod, Catherine	Rosenthal-Brahm, Gilda
Barbeau, Suzanne	Duquette, Joane	Labasi, Domenica	Savard, Lyne
Baribeau, Corinne Isabelle	Dusseault, Micheline	Langlois, Jacques	Schulman, Rita P.
Barrette, Jacques	Duval, Armande	Lapointe, René	Soldin, Elana
Bégin, Sandra	Fafard, Micheline	Léger, Marie-Claude	Therrien, Yanick
Benoist, Catherine	Fink, Joel	Lytelton, Oliver	Tonner, Candace
Boast, James	Flynn, Darlene	Marotte, Cécile	Turcotte, Marielle
Bourgault, Denise	Fontaine, Joanne	Mclaughlin, Heather	Turgeon, Marie-Claude
Breault, René	Fortier, Lise	Moffatt, Donna	Veilleux, Anne-Marie
Campeau, François	Frigon, Stéphane	Moody, Emily	Waller, Diane
Côté, Marguerite	Gagné, Sylvie	Moreau, Dorice	
Damiani, Carole	Gonzalez, Ana	Morin, Pierrette	
Daneau-Pelletier, Marie-Claude	Grenier, Diane	Paquet, Nicole	
	Hébert, Pierre	Paré, Céline	

## \_PSYCHOLOGUE RECHERCHÉ POUR LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DE LA MAISON JEAN-MONBOURQUETTE

La Maison Jean-Monbourquette est un organisme sans but lucratif qui offre gratuitement du soutien aux endeuillés, notamment par le biais d'une ligne d'écoute pancanadienne. La Maison, fondée par le psychologue Jean Monbourquette, offre également des services d'accompagnement aux personnes endeuillées, par le biais de rencontres individuelles ou familiales, de groupe de soutien et de musicothérapie.

Les responsables de cette organisation désirent combler un poste à leur conseil d'administration et ils invitent les psychologues intéressés par ce mandat de deux ans à consulter l'annonce sur le site Web de l'organisation : [maisonmonbourquette.com](http://maisonmonbourquette.com). La maison Monbourquette est située à Montréal.

## \_PSYCHOLOGUES BÉNÉVOLES DEMANDÉS

Dans le cadre de son projet de soutien psychologique « en ligne » qui débutera à l'automne 2013, l'Association des familles de personnes assassinées ou disparues (AFPAD) recherche des psychologues intéressés à s'impliquer bénévolement quelques heures par semaine auprès de personnes en détresse psychologique. Leur travail consisterait à répondre aux appels de personnes touchées par l'homicide ou la disparition d'un proche afin de mieux cerner leurs besoins et de recommander des ressources appropriées. Aucun déplacement ne sera requis car le contact se fera par le biais d'un clavardage sécurisé et confidentiel. À travers ce projet, l'AFPAD désire améliorer les services à ses membres habitant en régions éloignées.

Pour de plus amples informations, nous vous invitons à nous joindre au 514.396.7389 ou par courriel à : [administration@afpad.ca](mailto:administration@afpad.ca).



# Association des psychologues du Québec

L'Ordre protège le public

**L'ASSOCIATION  
PROTÈGE CELLES  
ET CEUX QUI EN  
PRENNENT SOIN**

**L'Association vous défend  
et représente vos intérêts**

- ▶ Au près de vos syndicats
- ▶ Au près de vos employeurs
- ▶ Au près des tiers payeurs (CSST, IVAC, SAAQ, PAE)
- ▶ Au près du Gouvernement du Québec

Formations à tarifs préférentiels pour les membres de l'Association

L'Association des psychologues du Québec vise à soutenir ses membres dans l'exercice et le développement de leur profession.



[www.apqc.ca](http://www.apqc.ca)

**ASSOCIATION DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC**

Écrivez à l'adresse courriel : [apq@spg.qc.ca](mailto:apq@spg.qc.ca)

Communiquez avec notre secrétariat au

514.353.7555 ou 1.877.353.7555

7400, boul. Les Galeries d'Anjou, bureau 410

Montréal (Québec) H1M 3M2

## \_INFORMATIONS SUR LA FORMATION CONTINUE EN PSYCHOTHÉRAPIE

### La reconnaissance des activités tenues à l'extérieur du Québec

Si vous comptez suivre une activité de formation en psychothérapie à l'extérieur du Québec, ou encore une formation en ligne offerte par un dispensateur de l'extérieur du Québec, il est possible de faire reconnaître celle-ci même si elle n'apparaît pas au catalogue de formation continue. Pour être reconnue à titre individuel, la formation doit être pertinente à l'exercice de la psychothérapie.

Pour plus de détails sur les conditions de reconnaissance et les activités admissibles, veuillez visiter la section du site : [www.ordrepsy.qc.ca/reconnaitreautreactivite](http://www.ordrepsy.qc.ca/reconnaitreautreactivite)

### Prévoyez les vérifications futures : conservez les pièces pertinentes!

Un registre vous permettant d'inscrire vos activités de formation continue sera mis en ligne à l'automne prochain. Sauf sur demande, vous n'aurez pas à faire parvenir quelque document que ce soit à l'Ordre. Pour chaque activité à laquelle vous participez, vous devez toutefois conserver :

- le descriptif (ou plan de cours) de l'activité;
- l'attestation de participation mentionnant la durée de l'activité;
- une preuve du paiement de votre inscription à l'activité (un reçu ou le relevé de compte de carte de crédit) lorsque c'est vous qui avez payé les frais;
- le relevé de notes s'il s'agit d'un cours universitaire.

N'acheminez vos pièces justificatives aux bureaux de l'Ordre à moins qu'on vous en fasse expressément la demande.



## \_AVIS DE LIMITATION PROVISOIRE

AVIS est par la présente donné que **Monsieur Maurice Royer**, psychologue, permis numéro 01950-69, exerçant sa profession à Montréal, a fait l'objet d'une décision du conseil de discipline en date du 19 mars 2013 limitant de façon provisoire son droit d'exercer l'acte professionnel suivant, soit l'évaluation psychologique d'enfants en milieu scolaire, jusqu'à décision finale sur la plainte disciplinaire portée contre lui.

Les actes reprochés au professionnel auraient, notamment, trait à :  
- des évaluations psychologiques et des rapports d'évaluation psychologique qui ne seraient pas conformes aux principes scientifiques généralement reconnus en psychologie;  
- la transmission de données brutes et non interprétées reliées à une évaluation à des personnes qui ne sont pas psychologues.

Le tout en contravention des articles 5, 7, 10, 11, 38 et 49 du *Code de déontologie des psychologues*, de l'article 3 du *Règlement sur la tenue de dossier et des cabinets de consultation des psychologues* et de l'article 59.2 du *Code des professions*.

L'ordonnance de limitation provisoire est effective à compter de la date de signification de la décision à Monsieur Maurice Royer, soit le 22 mars 2013, et demeurera en vigueur conformément à la manière prévue à l'article 133 du *Code des professions*.

Le présent avis est donné en vertu de l'article 180 du *Code des professions*.

Mont-Royal, ce 25 mars 2013  
M<sup>e</sup> Édith Lorquet  
Secrétaire du conseil de discipline

# Cours de déontologie et professionnalisme



Totalisant 45 heures de travail, ce cours s'adresse aux candidats à l'admission et aux psychologues souhaitant rafraîchir leurs connaissances sur le plan déontologique. Plusieurs situations susceptibles de se présenter au cours d'une pratique professionnelle y seront exposées, telles que le conflit d'intérêts, la dangerosité, le témoignage devant les tribunaux, et celles qui sollicitent des compétences entre autres en matière de confidentialité et de consentement libre et éclairé.

### M<sup>me</sup> Élyse Michon, formatrice



M<sup>me</sup> Élyse Michon, psychologue, a été inspecteur de l'Ordre pendant trois ans avant de collaborer à la conception du cours de déontologie qu'elle donne maintenant depuis plus de quinze ans. M<sup>me</sup> Michon est également la formatrice du cours sur la tenue de dossiers offert par l'Ordre et enseigne le cours en Éthique et déontologie à l'Université de Sherbrooke.

Les participants doivent obligatoirement suivre une série de deux journées complètes.

Horaire de chaque journée : de 9 h à 16 h 30

Tarif pour l'ensemble du cours : 287,44 \$ (taxes incluses)

Inscription en ligne : [www.ordrepsy.qc.ca/coursdeontologie](http://www.ordrepsy.qc.ca/coursdeontologie)

PROCHAINES FORMATIONS : À MONTRÉAL  
■ 10 mai et 7 juin 2013

# Petites annonces

## À LOUER/À PARTAGER

**Sous-location à Saint-Lambert.** À l'heure, à la journée ou hebdomadaire. Deux beaux bureaux, grands, éclairés, tranquilles, vue sur parc. Disponible maintenant. 514 966-2139.

**Vieux-Terrebonne – Bureaux à louer.** Services complets inclus, meublés, climatisation. Possibilités de références de clients et d'échanges avec plusieurs collègues. René M. Forget : 450 964-1794 ou forget17@videotron.ca.

**Blainville – Bureaux à louer.** À l'heure ou par blocs, avec ou sans bail, à l'aide d'un système de réservation en ligne sur le Web! Facilité d'utilisation et flexibilité de location pouvant être modifiée à la dernière minute. Environnement contemporain; insonorisation supérieure. Équipe de plusieurs professionnels. www.centreprouffessionnel familialia.com; 514 962-3311.

**Vaudreuil-Dorion ou Valleyfield – Recherchons psychologues** pour la pratique privée, clientèles variées. TCC un atout, références possibles. Blocs d'heures, à la journée ou temps plein june.dube@bellnet.ca.

**À louer – Rue Chérier, métro Sherbrooke.** Bureaux rénovés, meublés, au rez-de-chaussée d'une maison victorienne. Journées et modalités de location. 514 598-5423 ou 514 523-9483.

**Bureau disponible à l'heure, au mois ou à l'année** situé sur Grande-Allée, près de Cartier. Plancher bois franc, plafond de 9 pieds. 418 809-7544.

**Bureau à partager situé à six minutes à pied du métro Longueuil.** Clinique multidisciplinaire (psychologues, kinésithérapeutes, nutritionniste, infirmières, médecin, etc.). Meublé, climatisation, Internet, cuisinette, salle d'attente, toilette privée. Possibilité de références. Excellent secteur professionnel. Bien aménagé, entièrement rénové. Chaleureux, ensoleillé et agréable. Stationnement gratuit. Renseignements : 514 792-5387.

**Bureau individuel à louer ou partager** dans centre santé et psychologie, boul. Saint-Joseph Est, Montréal, près métro Laurier. Prix raisonnable. 514 233-2060.

**Bureaux à louer pour psychologues.** Boulevard Saint-Joseph Est, Montréal, métro Laurier. Pour plus de renseignements, communiquez avec Annie Boucher au 514 522-4535 ou à boucher.annie@ccpeweb.ca.

**Blainville – À louer/sous-louer.** Beaux bureaux rénovés dans édifice médical. Bien situé. Salle d'attente, cuisinette et toilette privée. Boisées, fenêtres, foyer. Possibilité de références. 450 508-4778.

**Bureau à louer** au www.centredpsychologie newman.ca. La Salle sur le boulevard Newman, bien situé, édifice récent, climatisé, insonorisé, ensoleillé, lavabo, panneau réclame, temps partiel. 514 595-7799.

**Centre de psychologie René-Laënnec – Bureau à louer** dans polyclinique médicale René-Laënnec. Édifice de prestige situé à ville Mont-Royal, tout près de la station de métro Acadie. Accès routier facile pour toute la clientèle du Grand Montréal. Stationnement gratuit. Équipe de psychologues. Communiquez avec Jean-Louis Beaulé. Bureau : 514 735-9900. Cellulaire : 514 992-6972.

**Laval – Bureaux insonorisés, meublés et climatisés.** Près des autoroutes, Internet, cuisinette, salle d'attente, stationnement gratuit, plusieurs modalités de location. 514 502-4381, info@cliniquelaval.com, www.cliniquelaval.com (onglet Bureaux).

**Québec – Bureaux à louer sur Grande-Allée.** Rénovés, meublés, accueillants. Salle d'attente. Location à l'heure, demi-journée ou journée. Conditions souples, possibilités de références. 418 682-2109.

**Bureaux à louer – Laval.** Édifice médical centralisé et sécuritaire. Meublés, spacieux, bien fenestrés. Salle d'attente et cuisinette équipée. Insonorisation supérieure et climatisation. Clientèle adulte. Au bloc, à la journée ou à forfait. Visitez notre site Web au <http://allardcadieux.ca> ou appelez au 450 663-7222.

**Westmount – Bureaux à louer.** Sainte-Catherine Ouest (coin Greene), métro Atwater. Suite nouvellement aménagée, partagée par psychologues. Salle d'attente, cuisine. Temps plein/partiel. Mélanie : 514 622-2068.

**Centre de psychologie Grande-Côte (Boisbriand).** Bureaux à sous-louer dans une maison ancestrale rénovée. Environnement calme et chaleureux au sein d'une équipe multidisciplinaire. Situés entre autoroutes 13 et 15. Modalités de sous-location flexibles. Bureaux insonorisés, climatisés. Possibilités références. Renseignements : Josée Bennett, 450 434-3903.

**Espaces de bureaux de qualité supérieure à prix concurrentiels** disponibles dans le District 23, sur la Rive-Nord de Montréal. Vous y trouverez un grand nombre de bureaux locatifs ainsi que des condos commerciaux. Peu importe le type de services professionnels que vous offrez, le District 23 est un emplacement idéal. Saisissez l'opportunité de vous démarquer : réservez votre espace au 514 209-2256. <http://www.district23.ca>. Voyez également notre autre projet au <http://polycliniquedesgenerations.com>.

**Clinique de psychologie regroupant psychologues et professionnels connexes** (sexologue, conseillère d'orientation, avocat-médiateur et nutritionniste); travailleurs autonomes. Édifice professionnel calme, facile d'accès et au cœur d'un secteur commercial/professionnel névralgique de l'Est de Montréal. Plusieurs modalités locatives. Climatisé, insonorisé, meublé/décoré, Internet, stationnement, frigo/micro-onde, etc. 514 903-4420.

**Blainville – Recherche psychologues pour louer/partager** bureaux dans bâtisse neuve. Climatisation, insonorisation, cuisine, possibilité références. Temps plein ou partiel. Appelez André au 514 994-3973 ou [psycho.huppe@videotron.ca](mailto:psycho.huppe@videotron.ca).

**Bureau de consultation disponible** dans une clinique médicale privée située à L'Assomption (10 minutes de Repentigny). Idéal pour psychologue. Location par jour ou mensuelle. Bureau luxueux. Service de prise de rendez-vous par la réceptionniste inclus. Téléphone : 450 589-3232, [natacha70\\_1@msn.com](mailto:natacha70_1@msn.com).

**Québec, Lebourgneuf. Septembre 2013 – Bureaux à louer** dans une maison ancestrale idéale à l'intervention psychologique. Équipe dynamique. Prix compétitifs. [thieryleblond@hotmail.com](mailto:thieryleblond@hotmail.com), Lucien Knobel : 418 271-1807; Kijiji #466338485.

**Joliette – Bureau meublé et insonorisé,** heure ou journée. Lieux calme et facile d'accès pour toute la région. Références possibles. Bienvenue, 450 759-1387.

**Plusieurs bureaux à louer dans un petit centre professionnel** situé en face du Palais de justice de Saint-Jean-sur-Richelieu. Salle d'attente. Accès à la salle de conférence. Tout inclus : taxes d'affaires, entretien ménager, chauffage, électricité et Wi-Fi. De 380 \$ à 525 \$/mois. D. Bonin : 438 390-4187 ou 514 277-7233.

**Clinique de psychologie Maguire –** Quatre grands bureaux à louer ou partager. Édifice professionnel, neuf, insonorisé, entrée et salle d'attente privées, Occupation flexible. [andreeb@mac.com](mailto:andreeb@mac.com), 418 573-7857.

**Bureau à louer – Ahuntsic.** Meublés ou non, insonorisés, près du métro Henri-Bourassa, commodités sur place, souplesse dans modalités de location. Renseignements : 514 388-4365, poste 221.

**Centre professionnel du Plateau Mont-Royal.** Une équipe d'expérience : psychologues, experts, conseillers d'orientation, avocats, médiateurs et autres. [www.cppm.ca](http://www.cppm.ca) ou 514 848-1724.

**Vieux-Montréal – À partager,** suite avec 2 bureaux fermés (1 occupé par sexologue), salle d'attente, cuisinette, salle de réunion, téléphone, télécopieur, Internet. 1000 \$/mois. Pascale : 514 690-5295.

**Shawinigan – À louer,** bureau neuf, spacieux (15' x 12,5' avec fenêtre), meublé. Temps complet/partiel. Idéal pour personne débutant pratique privée. Possibilité de références. 819 539-0009.

**Bureaux à louer – Ahuntsic.** Temps plein ou partiel, meublés ou non, insonorisés, climatisés, près du métro, service téléphonique, Internet, stationnement privé et entretien ménager inclus. François Baillargeon : 514 387-5005.

**Blainville – Bureau à louer** meublé pour professionnel, salle d'attente, cuisinette et bureau pour une réceptionniste disponible. Situé près de l'autoroute 15 Nord. 514 578-4010.

**Métro Berri – Trois bureaux ensoleillés,** décorés 2013. Temps complet et blocs horaires disponibles. Ascenseurs, Internet et cuisinette. Richard Asselin, psychologue : 514 553-6881.

**Bureau à sous-louer – Métro Laurier.** Grand, ensoleillé, meublé, climatisé. Salle d'attente. 1-2 jours/semaine avec bail. Communiquez avec Michèle Gervais : 514 849-0557.

**Chaleureux bureau à sous-louer.** Salle d'attente, plusieurs disponibilités, grande fenêtre, à deux pas du métro Sherbrooke. 514 217-9222 ou 514 577-7070.

**Saint-Lambert – Bureau à sous-louer.** Meublé, stationnement. 10 \$ de l'heure. Téléphone : 450 923-5906 ou 450 671-4427.

**Bureau à partager face au métro Laurier.** Spacieux, bien aménagé, clair et insonorisé. Environnement professionnel. Location à la journée. Disponible 1<sup>er</sup> avril. Christiane : 514 303-0961.

**Sainte-Rose (Laval) – Psychologue désirant partager bureau** à l'heure ou au bloc (tripleux neuf). Salle d'attente, cuisine, salle de bain, climatisation. 514 923-4647 ou [mariebleau@gmail.com](mailto:mariebleau@gmail.com).

**Westmount – Professional office** near metro station, fully furnished, bright, telephone, Wi-Fi, waiting room available Monday and Thursday. Call 514-781-3038.

**Cherrier – Bureaux rénovés à sous-louer** au rez-de-chaussée d'une maison victorienne. Une minute du métro Sherbrooke. Plusieurs modalités de sous-location. Accès Internet, imprimante, cuisine, etc. 514 581-2405 ou 514 814-4515.

**Bureau 110 pi<sup>2</sup>.** Agréable, éclairé, rue Sherbrooke, 2 minutes métro Cadillac, stationnement facile. Votre espace pour commencer la pratique privée! 2 autres pys. Jozett : 514 251-8675.

**Métro Laurier – Bureaux chaleureux,** éclairés et insonorisés à partager. Salle d'attente, cuisinette, climatisation centrale. Diverses modalités de location. Possibilité de références. 514 286-2349.

**Beaux grands bureaux à louer,** dans clinique moderne et luxueuse. Salle d'attente, Internet, téléphone, télécopieur, clientèle fournie si désirée. Métro Snowdon. www.mgpc.ca, D' Tolédano : 514 969-7379.

**Bureau à partager – Espace personnalisé** au rez-de-chaussée d'un triplex, à deux pas du métro Outremont, face à un joli parc. Location par blocs horaires, disponible à partir du 1<sup>er</sup> juillet. Communiquez avec Bernard Couët au 514 277-5970.

**Grand bureau de psychothérapie,** au CSRE, métro Vendôme. Fauteuils/divan, vue sur la montagne, ascenseurs, café en bas. Libre mercredi, 8 à 8. 514 484-4366.

**Bureau agréable à partager,** 1-2 jours/semaine. Meublé, insonorisé, grandes fenêtres, climatisation, Internet, salle d'attente. Bélanger Est, métro Beaubien ou Jean-Talon. Disponible immédiatement. 514 271-5847.

**Métro Laurier – Boulevard Saint-Joseph.** Un bureau à louer, meublé, tout inclus. Occupation flexible. Prix avantageux. Renseignements : 514 251-1271.

**Très beaux bureaux récemment meublés sur Cherrier.** Endroit calme et accueillant. Possibilité de références. Espace moderne climatisé avec cuisinette et Wi-Fi. Métro Sherbrooke. 514 202-2447, mirelevesque@gmail.com.

**Êtes-vous intéressés par un bureau loyer gratuit?** Aimerez-vous avoir plus de revenus? Rejoignez le Réseau Dr. Bit! Pour plus de renseignements : info@drbita.com. **Are you interested in rent-free office space?** Would you like to have more income? Join Dr. Bit's Network! For more information contact info@drbita.com.

**Clinique psychoalimentaire – Bureau à louer** à Outremont, à dix minutes du métro Outremont. Bureau rénové, climatisé, insonorisé, ensoleillé, salle d'attente, cuisinette. Possibilité de références. 514 813-8064.

**Bureau à louer – Boulevard Saint-Joseph Est.** 1-2 jours/semaine. Tarifs avantageux, meublé avec goût, environnement calme et accueillant, références possibles. 514 475-6068, julieredpsy@hotmail.com. Kijiji #451789759.

**Espace pour formation, atelier, réunion.** Métro Outremont, 840 pi<sup>2</sup>, insonorisé, climatisation, salle d'attente, plancher bois, location bloc 4 heures (avec ou sans bail). 514 503-1577.

**Un de deux bureaux à louer – métro Snowdon.** Ensoleillé, tranquille, insonorisation supérieure, cuisinette, salle d'attente privée, stationnement aisé. 514 692-1622. / One of two offices to rent – metro Snowdon. Bright, quiet, superior soundproofing, private waiting room, cuisinette, easy parking. 514 692-1622.

**Bureau à louer – Notre-Dame-de-Grâce.** Libre jeudi et vendredi. Environ 200 pi<sup>2</sup>, dans un centre professionnel (santé); environnement contemporain. Pour un prix raisonnable : bureau fermé bien éclairé, meublé et rénové, accès à la salle de conférence. Situé près de l'autoroute Décarie, à six minutes à pied du métro Villa-Maria; christopher.mackinnon@mail.mcgill.ca.

**Trois-Rivières – Bureau à louer au centre-ville,** édifice avec cachet, climatisation, stationnement, possibilité de louer quelques jours par semaine. 819 690-2702.

**À louer – Boulevard Saint-Joseph Est.** Disponible mi-temps/temps complet. Bel environnement. Psychologues, thérapeute et médecin. Bien insonorisé. Salle d'attente et cuisinette. Renseignements : 514 529-1049.

**Vieux Longueuil, rue Saint-Charles.** Bureau meublé à sous-louer avec équipe de psychologues. Bâtiment en pierre de 1800, à proximité du métro Longueuil, du pont Jacques-Cartier et de la 132. Facilité de stationnement. Accueillant, éclairé, climatisé, insonorisé, salle d'attente et cuisinette. Bonne ventilation. Renseignements : 450 677-3139.

## \_PSYCHOLOGUES RECHERCHÉ(E)S

**Centre de consultation psychologique et éducationnelle (CCPE), Montréal.** Nous recrutons : poste de psychologue clinicien pour adulte à temps partiel ou à temps plein et poste de psychologue pour enfant avec spécialité pour l'évaluation et/ou l'intervention. Voir les spécifications au : www.ccpweb.ca/recrutement. Faites parvenir votre CV à : recrutement@ccpweb.ca.

**Québec – Psychologues recherchés,** pratique privée, clinique multidisciplinaire située à Sainte-Foy, clientèle enfants-adolescents. Conditions intéressantes de travail autonome. Possibilité de références. Renseignements : 418 864-2670.

**www.NeuropsychologieLaval.com recherche psychologues** et neuropsychologues. Locaux luxueux, possibilité de supervision, collaboration professionnelle et atmosphère chaleureuse. Clientèle fournie. Raby : 514 312-7046 ou www.NeuropsychologieLaval.com.

**Recherchons psychologues** adhérant à des valeurs communautaires. Clinique de psychothérapie à Sainte-Thérèse. 25 \$/entrevue. Visitez www.rssoleillevant.org. Renseignements ou C.V.: infoccp@bellnet.ca.

**Saint-Constant – Psychologue recherché** pour enfants, adolescents, adultes pour une clinique privée avec ou sans expérience. Références fournies. Possibilité de supervision. Communiquez avec Suzanne Bibeau : 450 633-0022.

**Le Centre de consultation psychopédagogique et neuropsychologique du Sanctuaire** recherche actuellement un(e) neuropsychologue pour une clientèle enfants/adolescents/jeunes adultes (principalement des TDAH et troubles d'apprentissage). Pour plus de renseignements, vous pouvez communiquer avec Lison Daoust, directrice du centre : lisondaoust@hotmail.com, 514 278-5555, poste 24.

**Clinique de Psychologie Générale de Montréal** (Métro Snowdon) recherche psychologue pour enfant, clientèle fournie. Commencez dès que possible. Envoyez C.V. à rtoledano@mgpc.ca ou appelez 514 969-7379.

**La Clinique des troubles de l'alimentation de la Rive-Sud** est à la recherche d'un(e) psychologue afin de se joindre à son équipe. Nous sommes une équipe composée de psychologues, nutritionnistes, sexologues et médecin. Pour de plus amples renseignements, communiquez avec nous au 514 433-5727 ou par courriel à info@cliniquel'alimentation.com.

**Nous recherchons des psychologues** pour se joindre à notre équipe dynamique! Nous offrons une atmosphère professionnelle et confortable, un grand espace de bureau, de la publicité, des références, et la supervision individuelle. Option de louer. Visitez le www.evolutionpsychologycenter.ca ou communiquez avec nous à info@epcenter.ca ou au 514 758-7792.

**La Clinique d'anxiété de Laval,** fondée en 2000, prend de l'expansion. Recherchons psychologues avec formation en TCC. Statut travailleur autonome. Clientèle, bureau et papeterie fournis. Jour/soir. Discussions de cas en équipe. Supervision individuelle au besoin. Pour plus de renseignements ou pour envoyer votre C.V.: cliniquedanxietedelaval@hotmail.com.

**Psychologue recherché(e) et bureau à louer.** Montréal, Rosemont. Temps partiel, clientèle adulte fournie pour psychothérapie. Possibilité de coaching en hypnose. Renseignements et C.V. : denis.houde@cogicor.com

**Clinique TDAH de Montréal :** nous sommes à la recherche d'un(e) psychologue intéressé(e) à louer un bureau à temps partiel, qui souhaite travailler avec une clientèle variée (adolescents, adultes, couples) et faire partie d'une équipe multidisciplinaire dynamique. Les locaux sont neufs, modernes et bien insonorisés. Location par blocs ou par jour. Loyer inclus : téléphone, télécopieur, photocopieur, salle d'attente, cuisine, Wi-Fi, possibilité de références, etc. Nous sommes spécialisés dans le TDAH et problématiques associées. N'hésitez pas à communiquer avec nous même si vous n'avez pas de connaissance du TDAH. Visitez notre site Internet au cliniquetdah.com. Isabelle Lajoie : 514 800-8324, poste 301.

## \_SERVICES OFFERTS

**Supervision en thérapie cognitivo-comportementale** offerte par Isabelle Boivin, Ph.D., psychologue. Bureau à Montréal. Approche intégrative, problématiques et modalités de supervision diverses. 514 609-0206, isabelle.boivin71@gmail.com.

**Supervision clinique individuelle ou en petits groupes,** offerte par Marta Manikowska, Ph.D., psychologue. 30 ans d'expérience comme psychothérapeute. Destinée aux psychologues et psychothérapeutes (loi 21). Approche intégrative. Plusieurs problématiques abordées comme : collaboration avec CSST, IVAC, SAAQ, PAE. Téléphone : 514 333-7707, www.manikowska.ca.

## La rage au volant

**Bruno Fortin, psychologue à l'Unité de médecine familiale Charles-Lemoyne**

### Le cas clinique

Référé par son cardiologue, le patient consulte pour un problème de rage au volant. Ce problème se manifeste par le non-respect des distances de sécurité, un abus du klaxon, des changements de voie fréquents dans la circulation, une vitesse excessive, des gestes obscènes, des blasphèmes, des appels de phares, le non-respect des feux rouges et l'obstruction du passage.

Son cardiologue s'inquiète des effets sur son cœur des traits associés à sa personnalité de type A, c'est-à-dire un sentiment chronique d'être pressé, sa facilité à se fâcher, son hostilité, sa compétitivité, son impatience, son agressivité et sa tendance à se comporter de manière impolie verbalement et non verbalement.

### La recherche le dit

75 % des conducteurs américains et 80 % des conducteurs européens et australiens croient que les comportements agressifs au volant ont augmenté au cours des dernières années (Jovanovic, Stanojevic et Stanojevic, 2011). Dans une étude ontarienne (Smart, Mann et Stoduto, 2003), 46,6 % des participants rapportent qu'on les a engueulés, qu'on a blasphémé et qu'on a émis des gestes grossiers à leur égard dans le contexte de la circulation automobile au cours de la dernière année. Toutefois, seulement 7,2 % ont été menacés de dommages à leur véhicule ou de blessures personnelles. 31,7 % des répondants ont admis avoir crié, blasphémé ou émis des gestes grossiers et 2,1 % ont menacé de blesser quelqu'un ou d'endommager son véhicule au cours de cette même période.

La rage au volant est un problème plus fréquent chez les hommes que chez les femmes et on la retrouve plus chez les jeunes que chez les plus âgés (Jovanovic, Stanojevic et Stanojevic, 2011). À partir de l'étude de 137 hommes et de 123 femmes, ces auteurs ont conclu que la rage au volant s'explique en partie par la hâte d'arriver à destination, la frustration de trouver un obstacle sur sa route et le désir d'impressionner les autres. Ils ont aussi conclu qu'elle est en corrélation avec l'attitude positive au sujet de la consommation d'alcool. Les femmes ont un comportement mieux adapté au volant et sont plus fâchées à la vue d'une conduite dangereuse qu'elles jugent inacceptable.

Van Rooy, Rotton et Burns (2006) décortiquent 10 questionnaires qui évaluent ce phénomène et soulignent, comme bien d'autres avant eux, que les gens conduisent comme ils vivent. Lorsqu'on étudie la personne dans sa totalité, la rage au volant n'est qu'une facette d'une attitude déviante. Les personnes ayant des traits de personnalité d'agression ou d'anxiété ont plus de chances d'être agressives au volant.

Dula, Geller et Chumney (2011) rapportent l'absence de consensus au sujet de la rage au volant. Ils suggèrent de regrouper la rage au volant en trois sous-catégories : 1) les comportements de conduites à risque, 2) les émotions et les cognitions négatives pendant la conduite et 3) les actes d'agression. Ces auteurs soulignent que la rage au volant peut être associée à une tendance à blâmer autrui, à lui attribuer une faute qui justifie les insultes et les punitions ou à lui retourner l'agressivité que l'on croit qu'il a manifestée à notre égard. La personne en colère au volant a tendance à rationaliser ses propres comportements, à justifier ses propres erreurs en les trouvant appropriées et en blâmant ses victimes. Elle ignore ou minimise l'impact de son propre comportement sur la cible de sa colère. La présence de plusieurs véhicules, de vitres teintées ou de lunettes de soleil peut créer un sentiment d'anonymat qui favorise les comportements agressifs.

Deffenbacher et coll. (2003) suggèrent de procéder à la restructuration cognitive des pensées de vengeance, à la reformulation positive des verbalisations agressives, à la modification des visualisations d'agressions physiques et de l'étiquetage dévalorisant les cibles. La personne doit renoncer à maîtriser autrui pour se maîtriser elle-même. Elle doit renoncer à sa croyance selon laquelle elle sait ce que l'autre pense, elle devine ses intentions et il lui revient de le punir ou de l'éduquer.

Le psychothérapeute aidera le patient à apprendre la relaxation, l'auto-instruction au sujet d'une bonne conduite au volant ainsi que le jugement nuancé plutôt que les jugements à l'emporte-pièce. Là comme ailleurs, il faudra porter une attention particulière aux caractéristiques particulières de la personne en colère au volant et à son degré de motivation au changement (Deffenbacher, 1999). Une approche plus en profondeur travaillant sur l'estime de soi et sur l'histoire personnelle peut devenir nécessaire (Walker et Bright, 2009).

Howells et coll. (2005) nous informent que l'efficacité des stratégies de gestion de la colère chez les personnes ayant une colère de haute intensité est étroitement liée à leur degré de motivation à changer. Par ailleurs, on note peu d'efficacité pour les personnes incarcérées.

Motivé parce qu'il était conscient que sa colère était un facteur de risque aggravant ses problèmes cardiaques, le patient dont nous parlions au début de cet article a progressivement remarqué que sa colère ne faisait de mal qu'à lui-même. En contact avec sa valeur comme personne, il a renoncé à l'obligation de la prouver à tous ces étrangers imparfaits. Il garde ses énergies pour les combats qui en valent vraiment la peine et il ne mord plus aux hameçons que constituaient les petites frustrations normales de la vie. La psychothérapie l'a entraîné à mettre des mots sur ses frustrations, à avoir des attentes plus réalistes envers autrui et à juger les gens de façon moins catégorique. Planifiant mieux son temps, il profite des embouteillages pour se relaxer et écouter sa musique préférée, en souriant lorsqu'il voit tous ces jeunes qui gaspillent leur énergie en frappant sur leur volant. Malgré quelques reculs normaux, il est devenu un bon coach pour lui-même.

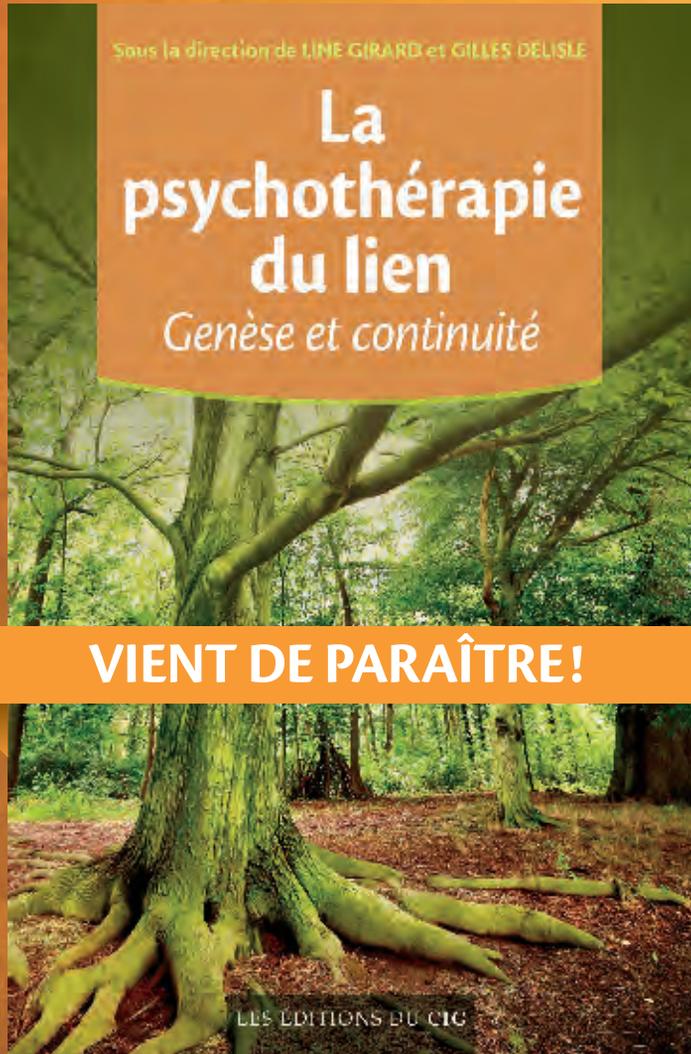
*Vous pourrez trouver ces articles complets ou leurs résumés à partir de la base de données EBSCO.*

### Bibliographie

- Deffenbacher, J. L. (1999). Cognitive-Behavioral Conceptualization and Treatment of Anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55, 3, 295-309
- Deffenbacher, J. L., Petrilli, R. T., Lynch, R. S., Oetting, E. R. et Swaim, R. C. (2003). The Driver's Angry Thoughts Questionnaire: A Measure of Angry Cognitions When Driving. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 4, August, 2003, 383-402
- Dula, C. S., Geller, E. S. et Chumney, F. L. (2011). A Social-Cognitive Model of Driver Aggression : Taking Situations and Individual Differences into Account. *Current Psychology*, 30, 324-334
- Howells, K., Day, A., Williamson, P., Bubner, S., Jauncey, S., Parker, S. et Heseltine, K. (2005). Brief anger management programs with offenders: Outcomes and predictors of change. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, June 2005; 16(2): 296 – 311
- Jovanovic, D., Stanojevic, P. et Stanojevic, D. (2011). Motives for, and attitudes about, driving-related anger and aggressive driving. *Social behavior and personality*, 2011, 39(6), 755-764.
- Smart, R. G., Mann, R. E. et Stoduto, G. (2003). The Prevalence of Road Rage. *Canadian Journal of Public Health*, 94, 4, p. 247-250.
- Van Rooy, D. L., Rotton, J. et Burns, T. M. (2006). Convergent, Discriminant, and Predictive Validity of Aggressive Driving Inventories: They Drive as They Live. *Aggressive Behavior*, 32, 89-98.
- Walker, J. S. et Bright, J. A. (2009). Cognitive therapy for violence: reaching the parts that anger management doesn't reach. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, Vol. 20, No. 2, April 2009, 174-201

# LES ÉDITIONS DU CIG

Une importante mise à jour de la PGRO !  
Le mûrissement de l'approche, ses nouvelles applications, ses liens avec les données probantes.



**VIENT DE PARAÎTRE!**

Sous la direction de  
**Line Girard, M.Ps. et  
Gilles Delisle, Ph.D.**

avec des contributions de  
**Joanne Cyr, MD, FCRP,  
Catherine Hamel, M.Ps.  
Marc-Simon Drouin, Ph.D.  
Michel Dandeneau, Ph.D.  
Tania Blanchette, MD, FCRP  
Alain Mercier, M.Ps.  
Danny Rochefort, M.Ps.**

La psychothérapie gestaltiste des relations d'objet, ou PGRO, fournit un cadre conceptuel et clinique, propre à fonder une véritable psychothérapie du lien. Cette approche intégrative dispose celui qui la pratique à traiter les problématiques de la personnalité dans leurs dimensions affectives, cognitives et relationnelles. Née au Québec dans les années 1990, la PGRO intègre l'attention à l'expérience immédiate qui fut l'une des grandes lignes de force de la gestalt-thérapie, la compréhension des trajectoires développementales qui fait la richesse de la théorie psychanalytique de la relation d'objet et les neurosciences de la régulation affective. Ici, neuf auteurs conjuguent leurs réflexions afin de présenter l'approche tant dans son mûrissement que dans ses nouvelles applications et dans ses liens avec les données probantes.

**2012. 330 PAGES, 45 \$**

**CIG**

CENTRE  
D'INTÉGRATION  
GESTALTISTE

LES ÉDITIONS DU CIG  
[www.cigestalt.com](http://www.cigestalt.com)

RENSEIGNEMENTS  
Tél. : **514 481-4134**  
Courriel : [administration@cigestalt.com](mailto:administration@cigestalt.com)



Intégration  
par les mouvements  
oculaires

**IMO**

Une solution globale et efficace aux souffrances  
des personnes traumatisées.

Un traitement dont la rapidité honore le plein potentiel  
d'autoguérison de l'être humain.

Maintenant disponible  
chez Quebecor



## Contenu

### Niveau 1

Origine de l'IMO. Différences entre traumas et souvenirs intégrés. Types de problématiques pouvant être aidés par l'IMO. Évaluation du client spécifique à l'IMO. Sur quelle mémoire débiter. Comment procéder à l'IMO. Suivi des rencontres. IMO avec les enfants. IMO pour des douleurs ou maladies psychosomatiques. IMO pour prévenir l'inscription de traumatismes.

### Niveau 2

Révision des notions importantes du volet 1. Approfondissement du fonctionnement de la mémoire. IMO pour développer des ressources chez le client. IMO avec les clientèles psychiatriques. Protocole avancé pour accélérer l'IMO. Questions-réponses.

«Merci Danie pour tout et pour ton dynamisme contagieux et énergique! Très intéressant comme technique et impressionnant.»

*Mireille Bourdeau, psychologue*

«Très stimulant. Ça a vraiment répondu à mes attentes! Merci beaucoup!»

*Lucie Legault, psychologue*

«Expérience extraordinaire qui m'a permis de connecter avec une toute autre méthode d'intervention.»

*Katrine Schuessler, psychologue*

IMO-1	Montréal:	8-9 mai 2013	Formation continue IMO	Montréal:	25 sept. 2013
	Paris:	12-13 mai 2013		26 mars 2014	24 sep. 2014
IMO-2	Toronto (in english):	June 13-14, 2013	Paris:	14 mai 2013	
	Montréal:	27-28 mars 2014			
	Montréal:	26-27 sept. 2013			
		25-26 sept. 2014			

#### 8h30 à 17h30, les deux jours

Régulier: 650\$ + tx = 747,33\$ / pers. \* Paiement trois semaines avant la tenue de la formation  
Réservation\*: 600\$ + tx = 689,85\$ / pers.  
Communautaire: 400\$ + tx = 459,90\$ / pers.

N.B.: 10 heures de formation continue sont nécessaires pour obtenir la certification praticien IMO 1

Formatrice: Danie Beaulieu, Ph. D., psychologue

#### Superviseurs accrédités:

Stéphane Migneault, psychologue  
Stéphanie Deslauriers, psychologue



**Thérapie  
d'IMPACT**

UNE APPROCHE  
VIVANTE,  
DYNAMIQUE  
ET IMPACTANTE

### THÉRAPIE D'IMPACT

Montréal: 29-30-31 mai 2013, 28-29-30 mai 2014

### BYE BYE ANXIÉTÉ

Montréal: 4 octobre 2013, 7 octobre 2014

### TECHNIQUES D'IMPACT

Approche individuelle  
Montréal: 24 mars 2014

### L'ART DE SEMER

Montréal: 10 avril 2014

### Approche groupe, couple, famille

Montréal: 25 mars 2014

### RELATIONS INTERPERSONNELLES

Montréal: 11 avril 2014

### DÉVELOPPER L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE DES PETITS ET DES GRANDS

Montréal: 9 avril 2014

### LE DEUIL ET SES ISSUES

Montréal: 3 octobre 2013, 9 octobre 2014

### BURNOUT ET DÉPRESSION

Montréal: 2 octobre 2013, 8 octobre 2014

**Nouvelle  
formation:**

**Êtes-vous Primate,  
Automate ou Diplomate?**

Montréal: 10 octobre 2014

Tarifs par jour  
9h à 16h

Réservation: 225\$ + tx = 258,69\$  
Régulier: 250\$ + tx = 287,44\$  
Groupe (3 et plus): 200\$ + tx = 229,95\$  
Étudiant temps plein/  
communautaire (avec preuve) 125\$ + tx = 143,72\$

Réservation: Paiement trois semaines avant la tenue de l'atelier.

Tarif régulier: réservation moins de deux semaines avant la tenue de l'atelier.

Tarif groupe: 3 personnes inscrites en même temps sous une même facture.

Les prix sont sujets à changement sans préavis.

## Grande nouvelle!

Toutes les formations dans les programmes IMO et Thérapeute d'Impact sont maintenant reconnues par l'OPQ.

C.P. 1051, Lac-Beauport (Québec), Canada, G3B 2J8  
T.: 1 888 848-3747 • F.: 1 855 888-3747  
www.academieimpact.com • info@academieimpact.com



Académie

**IMPACT**

PSYCHOLOGIE & PÉDAGOGIE