

## Boîte à outils : stage en médecine générale et santé mentale des assistant.es

Sarah Nouwynck - Année académique 2024-25

LES RESSOURCES	POUR DÉTECTER	POUR RÉAGIR	POUR PRÉVENIR
<p><b>Baromètre</b> <a href="#">Baromètre psychologique - Santé psychologique</a> Le baromètre permet de faire régulièrement une auto-évaluation de l'état actuel de la santé psychologique. Proposez à votre assistant.e d'utiliser cet outil et invitez-le à consulter les ressources pour mettre en place des actions afin d'améliorer ou de maintenir certains aspects de sa santé physique et/ou psychologique. Le site Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches (Québec) propose et organise une batterie de ressources en fonction de la couleur obtenue au baromètre et de sa tranche d'âge.</p>	X	X	
<p><b>MASLACH</b> <a href="#">Test de Maslach sur le burn-out</a> Ce test est le plus utilisé pour évaluer le burnout (épuisement professionnel). Il est basé sur le modèle du burnout proposé par la psychologue américaine Christina Maslach en 1981. Proposez à votre assistant.e cet outil le pour l'aider à suivre son état de santé mentale de façon autonome (à réaliser seul et sans obligation).</p>	X		
<p><b>CCFFMG (Antenne locale)</b> Le <b>C</b>entre de <b>C</b>oordination <b>F</b>rancophone pour la <b>F</b>ormation en <b>M</b>édecine <b>G</b>énérale est l'employeur des candidat.e.s au Master de spécialisation en Médecine générale (ULB, ULiège, UCLouvain, UNamur). Le site du CCFFMG met à votre disposition les ressources permettant de mettre en œuvre les conditions de stage règlementaires, de prévenir les risques, mais également de réagir en cas de difficulté dans le cadre de la relation pédagogique.</p>		X	X

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Référez-vous en priorité au Vademecum pour mettre en application le cadre réglementaire et assurez-vous que votre assistant.e l'ait lu également : <a href="#">Vademecum 2024-25 – Stage de MG en cabinet – CCFFMG</a></li> <li>• Prenez le temps en début de préparer le stage et de vous accorder avec votre assistant.e sur différentes dimensions du stage. Aidez-vous de la check-list : <a href="#">Une-check-list-pour-préparer-un-stage-en-MG.pdf</a></li> <li>• Visionnez les courtes capsules vidéo pour adopter de bonnes pratiques dès le début du stage et réagir en cas de difficultés : <a href="#">Les stages en bref – CCFFMG</a></li> <li>• Mobilisez la commission de médiation du DMG-ULB : <i>Nathalie Dekelver</i> – 02/555.61.72 – <a href="mailto:ccffmgulb@ulb.be">ccffmgulb@ulb.be</a></li> </ul>			
<p><b>CESI</b>  <a href="#">Prévention des risques psychosociaux – CESI</a></p> <p>CESI est un prestataire de service pour aider les entreprises à mettre sur pied leur politique dynamique de prévention et protection au travail et à répondre à toutes les obligations légales complexes. Informez votre assistant.e de la possibilité de demander anonymement une consultation avec un.e conseiller.e en prévention des risques psychosociaux.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consultez le KMO Tools <a href="#">KMO_tools_FR_2015.pdf</a>. Cette brochure intitulée « Premiers conseils pour plus de bien-être psychosocial » reprend la liste des signaux d’alarme pour diverses problématiques et prodigue des conseils.</li> <li>• Consultez le site internet sur le burnout qui propose des conseils spécifiques aux problématiques de burn-out, mais qui sont également utiles pour le bien-être psychosocial de manière large. Il y a un volet « pour vous-même » un volet « pour vos collaborateurs ». Chaque volet comprend des ressources et informations en matière de prévention, de détection et de gestion de la problématique du bien-être au travail ainsi qu’un onglet consacré à la reprise du travail suite à un burn-out: <a href="#">Je me sens bien au travail   Les risques psychosociaux au travail</a></li> </ul>	X	X	X
<p><b>La cellule MGcare</b></p> <p>MGcare est à la disposition des assistant.es et maîtres.ses de stage pour les aider et les soutenir dans les difficultés éventuellement rencontrées. La démarche MGcare est complémentaire (sans être subordonnée) aux autres outils de soutien mis en place</p> <p>Consultez le <a href="#">Powerpoint de présentation</a> et prenez contact avec la cellule : soit par téléphone : 067/77.27.27 soit par mail : <a href="mailto:cellule.mgcare@gmail.com">cellule.mgcare@gmail.com</a> ou via ce formulaire : <a href="https://www.manacoach.com/mgcare">https://www.manacoach.com/mgcare</a></p>		X	

<p><b>5 steps to mental wellbeing</b>  <a href="#">Mental wellbeing   NHS inform</a>  NHSInform rassemble sous l'onglet « bien-être mental » une série de conseils pratiques pour faire face à la mauvaise humeur, à l'anxiété, aux phobies, au stress.</p>			X
<p><b>Médecins en difficulté</b>  <a href="#">Home - Arts in nood</a>  Consultez le site de <i>MÉDECINS EN DIFFICULTÉ</i>. Il centralise les connaissances relatives aux problèmes psychosociaux des médecins, qui se manifestent plus fréquemment dans ce groupe que dans d'autres catégories professionnelles en raison de la nature et de l'organisation de la profession.  Pour chaque problématique de santé majeure, le site offre un éventail d'informations et de ressources essentielles pour prévenir, détecter et réagir.</p> <p><i>MÉDECINS EN DIFFICULTÉ</i> est également un point de contact central pour les médecins qui luttent contre des problèmes de santé psychique. En fonction de la demande, les médecins ou leur entourage seront dirigé.es vers une personne de confiance qui offre un appui et du réconfort au/ à la médecin concerné.e et essaye de le/la guider vers une solution structurelle. La personne de confiance agit en toute discrétion et de manière totalement indépendante en étant tenue au secret professionnel absolu. <a href="#">Prenez contact</a></p>	X	X	X
<p><b>PsyCampus</b>  <a href="http://ssmulb.be/centre/psycampus/">ssmulb.be/centre/psycampus/</a>  PsyCampus est un service d'aide psychologique qui s'adresse à tous les étudiants de l'enseignement supérieur universitaire ainsi qu'aux membres du personnel. Communiquez à votre assistant.e les contacts de PsyCampus dès le début du stage ou en cours de stage comme ressource accessible pour un soutien psychologique</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="tel:+3226502025">+32 (0)2/650 20 25 (secrétariat)</a></li> </ul> <p><a href="tel:+322471205634">Nouvelles demandes: +32(0)471/205.634 ou +32(0)471/205.638 de 10h à 12h tous les jours ouvrables (sauf le mardi).</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="mailto:psycampus@ssmulb.be">psycampus@ssmulb.be</a></li> </ul>		X	X

<p><b>CARE</b>  <a href="#">Care, la cellule d'accompagnement pour le respect des étudiants et des étudiantes - ULB</a>  La cellule CARE accueille et accompagne les étudiant·es confronté·es à la violence morale ou sexuelle, au harcèlement et à la discrimination durant leurs études. Créé en 2020 sous l'impulsion des étudiant·es du BEA, le service est indépendant des autorités.  Dès le début du stage, vous pouvez renseigner à votre assistant.e l'existence de la cellule et lui communiquer les contacts :  <a href="http://ulb.be/care">ulb.be/care</a> <a href="mailto:care@ulb.be">care@ulb.be</a> 02 650 45 58 Whatsapp : 0477 65 25 51 @care_ulb</p>		X	X
<p><b>Les compétences pédagogiques en matière de supervision, débriefing, évaluation et feedback</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Référentiel de compétences <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="#">Référentiel de compétences CanMEDS 2015 pour les médecins</a></li> <li>→ <a href="#">CanMEDS-Médecine familiale   Collège des médecins de famille du Canada</a></li> </ul> </li> <li>• Grilles d'évaluation des compétences professionnelles <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="https://agreementsante.cfwb.be/fileadmin/sites/agrement/uploads/documents/APSS - medecin_generaliste - Carnet_de_stage.doc">https://agreementsante.cfwb.be/fileadmin/sites/agrement/uploads/documents/APSS - medecin_generaliste - Carnet_de_stage.doc</a></li> <li>→ <a href="#">CanMEDS // Guide</a></li> </ul> </li> <li>• Débriefing « good judgment » <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="#">Guide du debriefing.pdf</a></li> <li>→ <a href="#">Faire le point avec discernement - Éducation   theCompleteMedic</a></li> </ul> </li> <li>• Feedback « advocay inquiry » : <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="#">Advocacy with Inquiry - Communication   theCompleteMedic</a></li> <li>→ <a href="#">Advocacy and Inquiry</a></li> </ul> </li> <li>• Aborder les émotions en débriefing <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="#">Roue des emotions.pdf</a></li> <li>→ <a href="#">The How We Feel App: Helping Emotions Work for Us, Not Against Us &lt; Yale School of Medicine</a></li> </ul> </li> </ul>	X	X	X

- Définir des objectifs d'apprentissage SMART : [CAP\\_objectifs\\_apprentissages.pdf](#)

Poursuivez le développement de compétences pédagogiques :

Le centre de Simulation en santé agréé HAS-SofraSim situé sur le campus Erasme vous accueille et propose des formations continues : [Page d'accueil - SimLabS](#)