



Décembre 2015

## À propos de moi

Je m'appelle Bruce Fage et je suis en deuxième année de résidence (R2) en psychiatrie à l'Université de Toronto. Je viens d'Amherst (N.-É.) et j'ai étudié la chimie à l'Université Acadia de Wolfville (N.-É.) avant d'entrer à la Faculté de médecine de l'Université Queen's de Kingston (Ont.).

## Pourquoi j'ai choisi la psychiatrie

J'aime traiter de problèmes complexes qui nécessitent l'utilisation d'un cadre véritablement biopsychosocial et culturel. J'aime la psychopharmacologie, mais aussi l'utilisation de la psychothérapie dans le traitement de diverses maladies mentales. Notre population de patients tend à être très marginalisée et vulnérable et il peut être très valorisant de voir un patient réussir, tant cliniquement que dans la vie.

## Vie clinique

### En quoi consiste une journée typique de tâches cliniques?

Voici la répartition des activités d'une journée typique :

Psychiatrie – Une journée typique	
8:00	Thérapie électroconvulsive (TEC)
9:00	<b>Tournées.</b> Tournée du matin avec l'équipe multidisciplinaire puis tournée des patients hospitalisés, rencontres avec les familles, documentation et préparation des congés d'hôpital possibles.
12:00	Déjeuner-séminaire avec les autres résidents
13:00	Voir les patients en consultation externe ou les patients en psychothérapie
15:00	Finir de régler les questions relevant du service de pédiatrie, voir les patients nouvellement hospitalisés, s'il y a lieu
16:00	Supervision en psychothérapie
17:00	Transfert, de garde au service d'urgence, s'il y a lieu

### Quels types de stages cliniques sont requis dans votre programme?

En R1, il y a un large éventail de blocs cliniques d'une durée d'un mois. Le travail devient plus ciblé pendant les années suivantes :

- R-2 : Six mois en milieu hospitalier, six mois en consultation externe
- R-3 : Six mois en pédopsychiatrie, six mois en psychiatrie gériatrique
- R-4 : Six mois de consultation-liaison en psychiatrie, six mois en soins chroniques et toxicomanie
- R-5 : Stages optionnels et soins partagés

### Quelles caractéristiques de votre personnalité ont été particulièrement utiles dans votre domaine?

**La patience!** La psychiatrie se joue à long terme et il est facile de devenir frustré si on oublie de garder une vue d'ensemble. Aussi – il faut être capable d'accepter des interprétations et des formulations alternatives à la problématique d'un patient et être conscient du fait que la psychiatrie est un domaine en évolution et que l'avenir sera meilleur.



*J'aime traiter de problèmes complexes qui nécessitent l'utilisation d'un cadre véritablement biopsychosocial et culturel. J'aime la psychopharmacologie, mais aussi l'utilisation de la psychothérapie dans le traitement de diverses maladies mentales. Notre population de patients tend à être très marginalisée et vulnérable et il peut être très valorisant de voir un patient réussir, tant cliniquement que dans la vie.*

## **Quels sont les meilleurs aspects de votre résidence?**

J'aime bien les stages longitudinaux. Passer six mois dans le même milieu nous permet d'établir des liens avec l'équipe multidisciplinaire et de développer nos compétences de gestion.

Durant ma formation en psychothérapie, j'ai fait la connaissance de nombreux superviseurs de renommée mondiale, dans un vaste éventail de modalités de traitement. Dans l'ensemble, je travaille avec des superviseurs qui sont d'un incroyable soutien et dans le cadre d'un programme très axé sur l'éducation et sur les résidents.

## **Quels sont les plus grands défis de votre résidence?**

Le manque de ressources en santé mentale est difficile, particulièrement dans le cas de patients en crise au service d'urgence.

De plus, la stigmatisation envers la santé mentale a parfois pour résultat que les médecins et leurs patients ne sont pas priorisés ou pris au sérieux.

Dans les autres domaines de la médecine, le médecin et le patient font équipe contre la maladie. En psychiatrie, on a parfois l'impression de travailler contre le patient, qui ne veut pas nécessairement toujours collaborer ou reconnaître qu'il y a un problème. Idéalement, les psychiatres travaillent avec les patients à forger une alliance pour établir ensemble des objectifs et un plan de traitement possible.

## **Quelle question vous pose-t-on le plus souvent au sujet de votre résidence?**

« Comment composes-tu avec les situations tristes? » La médecine est remplie d'histoires tristes, mais en psychiatrie, nous sommes là pour aider les gens à faire face à la détresse. Nous pouvons prendre le temps de nous asseoir avec nos patients pour les aider à surmonter leurs difficultés et je trouve ce processus plus valorisant et plus facile que de ne pas avoir les compétences ou le temps d'explorer des solutions. Il est aussi utile de travailler dans le cadre d'une équipe et d'avoir le soutien de nos collègues.

## **Pouvez-vous décrire votre transition de l'externat à la résidence?**

La R1 est une année de stages généraux et une grande partie du travail important consiste à apprendre à prendre des décisions! En tant que résidents, nous apprenons que nous n'avons peut-être pas les réponses, mais nous gagnons la confiance nécessaire pour être capable de relever tous les défis qui se présentent à l'hôpital.

## **Quels sont vos plans de pratique futurs?**

Cela reste à déterminer, mais j'aime la psychiatrie en milieu hospitalier et travailler avec les patients qui souffrent de maladies mentales graves et persistantes.

## Comment sont vos collègues résidents, et comment interagissez-vous?

Formidables! Nous avons un important programme (composé d'un nombre grandissant d'environ 175 résidents) avec beaucoup d'activités sociales et d'occasions de trouver des gens qui partagent des intérêts similaires. Beaucoup de sorties en soirée, de fins de semaine en chalet et de rencontres pour jouer à des jeux de société et prendre un café. L'an dernier, les résidents en psychiatrie ont participé à la course d'aventure à obstacle *Tough Mudder* et je suis heureux de dire que la plupart d'entre nous ont survécu.

## Activités non cliniques

### Quels sont vos intérêts autres que cliniques?

En tant que membre du Conseil d'administration de l'Association professionnelle des résidents de l'Ontario et chef de son équipe responsable des contrats, j'aime défendre les intérêts des résidents et travailler en collaboration avec des programmes de partout dans la province pour trouver des solutions et soutenir la réussite des résidents. Je suis aussi membre du Programme de clinicien-chercheur, qui s'intéresse à la transition vers l'éducation médicale axée sur les compétences en psychiatrie. Cette initiative est soutenue par la demi-journée de formation hebdomadaire réservée dans le cadre de mon programme.

### Décrivez votre équilibre entre le travail et la vie personnelle? Comment y arrivez-vous?

J'aime le curling, la course à pied, le ski, jouer du trombone et passer du temps avec ma famille et mes amis. Il est très important de passer du temps à l'extérieur de la médecine pour relaxer et la résidence offre une période raisonnable de vacances et de temps potentiellement consacré aux voyages.

Il est important de prendre le temps de s'occuper de soi-même et de faire de l'exercice, tout comme d'avoir la capacité d'être assis là à ne rien faire du tout, si c'est de cela dont vous avez besoin!



## Pour de plus amples renseignements :

Le site web de l'Association médicale canadienne présente les profils de plus de 35 spécialités médicales. Chacun contient des renseignements sur les exigences en matière de formation, les tendances démographiques au sein de la spécialité, les pratiques des spécialistes, le taux de satisfaction et plus. Disponibles (en anglais) en ligne à l'adresse <https://www.cma.ca/fr/Pages/specialty-profiles.aspx>.

Guide des résidences (Fédération médicale étudiante du Québec), disponible ici : <http://www.fmeq.ca/nouvelles-et-communiqués/guide-des-residences/>

Canadian Medical Residency Guide (en anglais), disponible ici : <http://medicine.dal.ca/content/dam/dalhousie/pdf/faculty/medicine/departments/core-units/student-affairs/RBC-2011-Canadian-Medical-Residency-Guide.pdf>

*Avertissement : Ces profils de spécialité illustrent quelques facettes de la vie de certains résidents en particulier et présentent leurs perspectives personnelles sur les défis, les possibilités et les avantages de la spécialité qu'ils ont choisie. Ces points de vue ne sont pas nécessairement ceux de tous les résidents, puisqu'il existe une très grande diversité dans les modes de vie, les expériences et les intérêts chez les résidents de chaque spécialité.*