

Guide de mentorat pour les étudiants en médecine et les résidents

Aperçu du programme (2023-2024)

Introduction

En 2020, la section des résidents de la SCP a lancé un programme de mentorat pancanadien entre les étudiants en médecine et les résidents. Le programme vise à jumeler des étudiants qui s'intéressent à la pédiatrie à des résidents en pédiatrie de partout au Canada pour aider les étudiants à en apprendre davantage sur la pédiatrie, la résidence en pédiatrie, la demande de candidature au Service canadien de jumelage des résidents (CaRMS) en pédiatrie et les sujets connexes. Grâce au programme, les étudiants peuvent réseauter hors de leur école de médecine et tirer des apprentissages des expériences des résidents, qui vivaient récemment la même chose qu'eux.

Dans le cadre du programme, chaque mentor résident est jumelé à un étudiant, soit de sa région, soit d'ailleurs au Canada. Il est prévu que la dyade mentor-mentoré demeure en contact par courriel, par téléphone, par visioconférence ou en personne dans le cadre du mentorat. Le programme est lancé chaque année en septembre et se poursuit jusqu'au congrès annuel de la SCP (généralement en mai ou en juin).

Des étudiants en médecine et des résidents de tout le pays ont participé aux cycles précédents du programme de mentorat. Lors de la dernière édition, plus de 90 % des résidents et 95 % des étudiants en médecine participants ont décrit le programme comme une expérience positive. Quand ils l'ont terminé, les deux tiers des étudiants en médecine ressentaient plus d'intérêt pour la spécialité de la pédiatrie. Le programme de mentorat est ainsi devenu un merveilleux atout pour tous ceux qui se passionnent pour la pédiatrie!

Un message à l'intention des mentors

Bienvenue au programme de mentorat de la Société canadienne de pédiatrie! Que vous ayez déjà été mentor ou que vous le soyez pour la première fois au sein du

programme, nous sommes ravis de compter sur vous. Au nom de la SCP et de tous les étudiants en médecine participants, nous tenons à vous remercier de votre temps et de votre dévouement. Sans votre investissement continu, le programme ne serait pas parvenu à la réussite actuelle. Ce guide est conçu pour vous orienter dans les divers éléments du programme de mentorat et vos responsabilités de mentor.

Un message à l'intention des étudiants

La SCP tient à souhaiter la plus chaleureuse des bienvenues à tous les étudiants en médecine. Si vous avez participé aux éditions précédentes, nous sommes heureux de vous revoir. Nous vous remercions de votre intérêt continu! Si vous participez au programme de mentorat pour la première fois, nous sommes ravis de vous jumeler à un mentor et espérons que vous aimerez l'expérience. Nous vous invitons à tirer profit de cette parfaite occasion d'échanger avec votre mentor, qui vous donnera un aperçu de son cheminement vers la résidence en pédiatrie. Ce guide vous permettra de savoir à quoi vous attendre du programme et vous fournira des suggestions pour tirer le meilleur parti de votre relation de mentorat.

Les attentes du programme de mentorat

Le rôle du mentor résident

Les mentors sont des résidents en exercice qui donnent de leur temps pour conseiller un ou deux étudiants en médecine qui s'intéressent à la pédiatrie. Les jumelages mentor-mentoré sont effectués au début de septembre, et le programme officiel prend fin au congrès annuel de la SCP. La relation de mentorat formée dans le cadre du programme peut toutefois se poursuivre plus longtemps, dans un cadre moins officiel.

Les mentors connaissent les réalités d'un cheminement à l'école de médecine et peuvent donner d'excellents points de vue aux étudiants en médecine. Les résidents ont non seulement vécu l'expérience des étudiants en médecine au sein des divers services, mais ils ont acquis une expérience et un point de vue à partir de leur travail avec des étudiants en médecine au sein de leur équipe soignante. Ils peuvent donc donner des conseils concrets aux étudiants. Les mentors savent ce qu'il faut pour réussir le processus de candidature du CaRMS et être jumelé à une résidence en pédiatrie. Ils peuvent donc offrir un énorme soutien et d'excellentes ressources aux étudiants qui entreprennent le processus.

Bien que votre étudiant en médecine mentoré soit appelé à amorcer l'échange, il se peut que certains facteurs l'en empêchent. Si vous n'avez pas eu de nouvelles de votre mentoré depuis un certain temps, nous vous recommandons de communiquer avec lui. Les mentors sont encouragés à entretenir leur lien avec leur mentoré tout au long de l'année, à une fréquence qui convient à vos horaires et qui vous permet d'assurer la meilleure relation de mentorat possible!

Le rôle du mentoré étudiant en médecine

Les étudiants en médecine sont invités à prendre contact avec le mentor auquel ils sont jumelés après avoir reçu son courriel pour fixer le lieu et le moment de la première rencontre. Ils sont également encouragés à essayer l'activité de base proposée en **page 7** du guide avant d'amorcer la relation de mentorat. Cette activité les aidera à réfléchir à leurs expériences antérieures et à déterminer ce qu'ils souhaitent vraiment tirer du mentorat.

Sujets d'échanges fréquents

Généralités

- Le cheminement du mentor vers la pédiatrie (comment et pourquoi vous avez choisi la pédiatrie, les facteurs qui contribuent à cette décision)
- Les conseils que vous vous donneriez à vous-même lorsque vous étiez encore étudiant en médecine
- Quel est le conseil le plus utile que vous ayez jamais reçu?
- Une leçon importante que vous avez apprise dès le début de votre vie de jeune professionnel
- La recherche en pédiatrie
- Les revendications et l'approche communautaire en pédiatrie
- Les meilleurs aspects d'une résidence et d'une carrière en pédiatrie
- Les aspects difficiles d'une résidence et d'une carrière en pédiatrie
- Quelles trois choses un étudiant en médecine devrait-il faire dès maintenant pour se préparer à une carrière en pédiatrie?

Le processus CaRMS et les rotations des étudiants en médecine

- Le processus et le jumelage CaRMS dans une résidence en pédiatrie
- Les conseils pour les déclarations personnelles et l'entrevue
- Les facteurs qui contribuent à se classer
- Les stages facultatifs de 4^e année, les expériences et les recommandations
- Comment exceller pendant les rotations et les stages facultatifs en pédiatrie
- Les meilleures ressources pour apprendre la pédiatrie à titre d'étudiant en médecine
- Quelques-unes des erreurs que vous avez faites à l'école de médecine et dont vous avez tiré des leçons
- Le réseautage en temps de COVID-19
- Que faites-vous pour construire ou entretenir votre réseau?

Résidence

- La prise d'un appel à titre de résident en pédiatrie
- L'expérience de la transition des études en médecine à la résidence, de la résidence junior à la résidence senior

- Les possibilités de carrière en pédiatrie et le processus de jumelage en surspécialité et en formation complémentaire (*fellowship*)
- Si vous deviez recommencer la résidence, que feriez-vous différemment?
- Les choses que vous avez apprises en résidence que vous ne vous imaginiez pas quand vous étiez étudiant en médecine
- L'équilibre entre le travail et la vie personnelle (équilibre des responsabilités de la résidence avec la vie personnelle et familiale, les relations et les autres engagements. Temps de satisfaire d'autres intérêts à part la médecine? Gestion du stress?)
- À quoi ressemble une semaine de travail normale (selon les diverses rotations)?
- Les aspects financiers de la résidence (comment gérer la dette d'études en médecine, les investissements, etc.)
- Le pour et le contre du programme de résidence dans le lieu où ils l'effectuent

Demander des réactions

- Quelles sont les deux ou trois choses que je fais bien?
- Quelle est la chose ou quelles sont les deux choses sur lesquelles je devrais travailler ou que je devrais faire différemment?
- Sur quelles compétences personnelles ou professionnelles pensez-vous que je devrais travailler? Quelles expériences pourraient m'aider à y parvenir?

Un exercice de base pour le mentorat des étudiants en médecine

Nous vous invitons à prendre quelque temps pour réfléchir à vos expériences passées, à la manière dont elles vous ont formé et ont éveillé votre intérêt pour la pédiatrie. Réfléchissez ensuite à ce que vous désirez tirer de cette relation de mentorat d'ici un an.

Songez aux questions suivantes :

- Qu'est-ce que j'espère tirer de ce programme de mentorat?
- Quels points de vue mon mentor résident peut-il me transmettre en plus de l'information que je suis en mesure d'obtenir dans les sites Web des divers programmes?
- À quel point souhaiterais-je être ouvert dans mes contacts et mes conversations avec mon mentor résident et à quel point souhaiterais-je qu'il soit ouvert avec moi?
- Quels aspects de ma personnalité et de mes expériences aimerais-je révéler à mon mentor pour qu'il puisse mieux me comprendre dans mon unicité (et que je serai donc capable d'adapter à mon mentorat)?
- Quel type de mentorat est-ce que je recherche? Est-ce que je veux une relation « clé en mains » comportant des communications régulières ou un mode de

communication plus détendu, selon lequel je communique avec le mentor lorsque je me pose des questions?

- Comment puis-je rendre cette expérience intéressante pour mon mentor?

Le maintien de l'engagement toute l'année

Nous invitons les mentors et les mentorés à s'entendre sur le meilleur mode de contact et d'échanges dès le début de leurs interactions de mentorat. Ensemble, le mentor et le mentoré devraient définir leurs attentes sur la fréquence de leurs contacts. Nous recommandons une certaine forme de communication au moins une fois tous les trois mois. Divers modes d'interaction et de communication peuvent inciter les mentors et les mentorés à poursuivre le programme, à former un solide lien de mentorat et à vivre une expérience positive.

Rencontres personnelles

En raison de la pandémie de COVID-19, des restrictions provinciales s'appliquent aux rencontres sociales. Cependant, nous espérons que la situation s'améliorera cette année! Si c'est possible, les jumelés locaux peuvent se rencontrer en personne au début de mentorat pour mieux se connaître et former un lien pour l'avenir. Prendre un café ou dîner ensemble peut briser la glace et faciliter la transition vers un mentorat plus officiel.

Zoom, MS Teams, autres plateformes de visioconférence ou appels téléphoniques

Toutes ces possibilités peuvent remplacer les rencontres en personne et permettre aux mentors et aux mentorés d'apprendre à se connaître si les interactions en personne sont impossibles.

Courriels ou textos

Si votre horaire est trop chargé, le courriel peut favoriser la communication rapidement. C'est également un excellent moyen de vérifier comment vont les choses et de planifier la prochaine rencontre, tout en discutant du choix de sujets d'échange.

Témoignages d'étudiants

« Ce programme m'a apporté une grande satisfaction et m'a été d'une grande utilité. Mon mentor était absolument extraordinaire. »

« Merci d’avoir organisé ce mentorat! ...c’était le moyen idéal de nouer une relation avec des résidents et de puiser dans leur savoir. Notamment, j’ai pu en savoir plus sur un programme de résidence qui m’intéressait plus ou moins auparavant et qui est [maintenant] devenu mon premier choix! Je suis reconnaissant de cette relation de mentorat. Compte tenu de la possibilité de ne pas pouvoir faire de stage facultatif à l’extérieur, j’aurai au moins cette relation avec un résident dont je pourrai continuer à profiter tout au long du processus de jumelage CaRMS. »

« J’ai adoré. J’aimerais participer de nouveau! »

« ...j’ai vraiment aimé nouer des liens avec un résident en pédiatrie et apprendre à mieux connaître les autres programmes, en plus d’avoir la possibilité de demander l’aide lorsque j’en avais besoin. »

Ressources

Ressources pour les mentorés (en anglais)

Mentee Dos and Don’ts: American Academy of Pediatrics Mentorship Program.
<https://aapmentorship.chronus.com/p/p1/pages/1408?src=tab>

Maximizing the relationship with a mentor. A Barkun. *Gastrointest Endosc* 2006;64(6):S4–6.

Zerzan J, Hess R, Schur E, Phillips RS, Rigotti N. Making the most of mentors: a guide for mentees. *Acad Med* 2009;84:140–4.

Student guide to developing effective mentoring. Wake Forest School of Medicine.
<https://prod.wp.cdn.aws.wfu.edu/sites/35/2018/03/Student-Guide-Effective-Rel4.pdf>

Lakoski J. Perspective: Top 10 Tips to Maximize Your Mentoring. *Science* 2009.

Ressources pour les mentors (en anglais)

Mentor Dos and Don’ts: American Academy of Pediatrics Mentorship Program.
<https://aapmentorship.chronus.com/p/p1/pages/1407?src=tab>

Ramani S, Gruppen L, Kachur E. Twelve tips for developing effective mentors. *Med Teach* 2006;28:404-8.

Rose G, Rukstalis M, Schuckit M. Informal mentoring between faculty and medical students. *Acad Med* 2005;80(4):344-8.

Mentoring tool kit. Wake Forest School of Medicine.
<https://prod.wp.cdn.aws.wfu.edu/sites/35/2016/10/Mentoring-Toolkit-Final.pdf>

Garringer M, Jucovy L. Building relationships: a guide for new mentors. The Hamilton Fish Institute on School and Community Violence & The National Mentoring Center at Northwest Regional Educational Laboratory.
<https://educationnorthwest.org/sites/default/files/effective-strategies-for-providing-quality-youth-mentoring-in-schools2.pdf>

Ressources pour les mentorés et les mentors (en anglais)

Important Factors for Effective Mentoring Relationships.
www.youtube.com/watch?v=oWoquMbaRcs&ab_channel=UniversityofTorontoFamily%26CommunityMedicine

McBurney E. Strategic mentoring: growth for mentor and mentee. *Clin Dermatol* 2015;33(2):257-60.

Krause M. The ABCs of being a mentor: a primer for being both a mentor and a protégé. *Healthc Exec* 2007;22(3):62-6.

Baerlocher M, O'Brien J, Newton M, Gautam T, Noble J. The mentor–mentee relationship in academic medicine. *Eur J Intern Med* 2011;22(6):e166–7.

Lee J, Anzai Y, Langlotz C. Mentoring the mentors: aligning mentor and mentee expectations. *Acad Radiol* 2006;13:556-61.

Byyny R. Mentoring and coaching in medicine. *Pharos Alpha Omega Alpha Honor Med Soc* 2012;75(1):1-3.

Shaping a career in academic medicine: Guidelines for mentor/mentee conversation. Advance Faculty Professional Development program, Faculty of Affairs and Professional Development, University of Pennsylvania School of Medicine.

Mian A. True mentorship in medicine. *Can Fam Physician* 2011;57(2):252.

Detsky A, Baerlocher M. Academic mentoring—how to give it and how to get it. *JAMA* 2007;297:2134.