



La Connexion interétudiante

OUTIL-RELATION D'AIDE

À l'intention de la communauté étudiante du
baccalauréat et du certificat en psychologie



Table des matières

1	La relation d'aide en psychologie	4
2	5	
2.1	5	
2.2	55	
2.3	6	
2.4	6	
2.5	6	
2.6	7	
2.7	7	
3	88	
3.1	88	
3.2	89	
3.3	99	
3.4	99	
3.5	99	
3.6	1010	
3.7	1010	
3.8	Autres	10
3.9	101	



L'outil-relation d'aide est conçu spécialement pour la communauté étudiante de psychologie. Afin de vous aider à vous orienter pour trouver des expériences en relation d'aide, nous avons décidé de créer cet outil. Ce dernier vous permettra autant de trouver des endroits pour faire du bénévolat/relation d'aide correspondant à vos intérêts qu'à vous orienter vers le type de bénévolat qui vous convient grâce aux multiples ressources indiquées. Ce guide comporte aussi des exemples d'endroits où il est possible de s'impliquer et de faire de la relation d'aide.



1. La relation d'aide en psychologie

Définition de la relation d'aide selon le programme de doctorat en psychologie :

« Expérience acquise et supervisée par une intervenante ou un intervenant reconnu auprès d'une clientèle clinique, c'est-à-dire ayant une problématique psychologique (les aînés peuvent parfois être inclus). Cette expérience doit être encadrée par une intervenante un intervenant reconnu tels un psychologue, un psychiatre, un travailleur social, un technicien en éducation spécialisée, etc. »

La relation d'aide désigne l'accompagnement psychologique, professionnel ou non, de personnes en situation de détresse ou en demande de soutien. Il peut également s'agir d'aider la personne à s'intégrer dans la société ou veiller à son bon fonctionnement au quotidien. Elle s'acquiert par diverses expériences de bénévolat ou de travail rémunéré. Voici quelques points importants à prendre en considération lors de votre recherche d'expériences en relation d'aide.

- Les heures de relation d'aide doivent être accomplies auprès d'une clientèle ayant des difficultés d'ordre psychologique. Ainsi, des personnes à mobilité réduite, des personnes âgées en perte d'autonomie associée au vieillissement normal ou des personnes immigrantes ne sont pas des populations cliniques.
- S'il s'agit d'un travail rémunéré, il doit être possible de justifier la pertinence de l'expérience et les heures accomplies doivent être attestées par une superviseuse ou un superviseur.
- Il doit s'agir d'accompagnement de personnes en besoin et non du gardiennage.

Par exemple : Le gardiennage de l'enfant autiste de ta voisine ne peut pas être comptabilisable dans les heures de relation d'aide pour le doctorat. De fait, l'importance de la supervision par une intervenante ou un intervenant formé est centrale dans l'acquisition de vos expériences.

- Les activités de loisir dans lesquelles vous n'agissez pas comme un « intervenant ou intervenante » fournissant un soutien psychologique aux individus ne peuvent pas être comptabilisées pour le doctorat en psychologie.

Par exemple : Le bingo, le cinéma ou toutes autres activités où vous n'interagissez pas directement avec la clientèle clinique ne comptent PAS comme de la relation d'aide selon la grille d'admission au doctorat.



L'aide aux devoirs consiste à pallier des difficultés éducationnelles plutôt que mentales et psychologiques. Il ne s'agit donc pas de relation d'aide, peu importe les difficultés de la personne aidée.

IMPORTANT : Ce n'est pas l'organisme pour qui vous travaillez qui décide s'il s'agit de relation d'aide ou non, mais plutôt le Comité de programme en place lors de votre demande d'admission au doctorat.

2. Exemples concrets selon le type de clientèle

2.1. Santé mentale

- L'Institut universitaire en santé mentale de Québec (IUSMQ) accueille des personnes intéressées à faire du bénévolat auprès de sa clientèle psychiatrique. Le bénévole peut faire des visites d'amitié, des sorties et des activités, et il peut également avoir des opportunités d'assister à des activités de groupe ou des interventions rattachées à d'autres disciplines, comme l'ergothérapie.
- L'organisme Océan offre la possibilité de faire du bénévolat via son service d'intervention téléphonique. Les principales tâches consistent à prendre les appels et soutenir les appelants dans leur recherche de pistes de solutions à leurs problèmes.
- L'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM) recrute également des bénévoles pour son service d'écoute téléphonique. Un minimum de quatre heures par semaine dans les locaux de l'ACSM est demandé. Il arrive qu'il y ait un travail rémunéré offert en période estivale.

Autres exemples: La Boussole, Demi-Lune, Maison L'Éclaircie, Tel-Aide Québec, SOS suicide jeunesse

2.2. Personnes âgées

- La Maison Paul-Triquet est un CHSLD pour les anciens combattants pouvant accueillir des bénévoles. Les bénévoles assistent les personnes âgées lors des activités organisées et fournissent un soutien au récréologue sur place dans l'organisation et le bon fonctionnement des activités.
- Le centre de jour «l'Intemporel» de la Société d'Alzheimer de Québec. Les bénévoles assistent les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'autres troubles



neurodégénératifs apparentés au centre de jour. Plusieurs activités cognitives, culinaires et sportives sont organisées par les animateurs. Il est donc possible d'accompagner les usagers du centre dans les activités et communiquer avec ceux-ci afin de réduire leur anxiété et leur solitude.

Attention : lorsqu'il est question de la clientèle des personnes âgées, il faut tout de même que celles-ci aient des troubles psychologiques/neurologiques diagnostiqués. Il est également important que vos principales tâches soient orientées vers la clientèle clinique et non dans l'organisation même des activités. Vous devez acquérir des expériences en relation d'aide et non en animation.

2.3. Déficience physique (si problème psychologique concomitant)

- L'Institut en Réadaptation Physique de Québec (IRD PQ) a pour mission d'offrir une présence et un réconfort en complément aux services professionnels offerts sur place. Une section de leur site Internet définit bien le travail et les qualités requises pour rejoindre leur équipe de bénévoles.

2.4. Déficience intellectuelle

- Le Centre de Réadaptation en Déficience Intellectuelle de Québec (CRDIQ) offre la chance de faire du bénévolat auprès d'une clientèle en déficience intellectuelle ou troubles envahissants du développement. La personne intéressée à s'impliquer sera jumelée à une usagère ou un usager en fonction de ses intérêts, que ce soit la peinture, les spectacles ou la marche. Chacune des activités est dans le but d'un meilleur fonctionnement chez cette personne (p. ex. stimulation de la mémoire par le biais d'activités mnémoniques telles que les jeux de mémoire, la mémorisation de nouvelles tâches, le rappel d'événements de son passé par la discussion, etc.).

2.5. Milieu hospitalier

- Il est possible d'offrir ses services à l'Hôtel-Dieu de Québec pour agir à titre de bénévole auprès des patientes et patients hospitalisés, par exemple, atteints de cancer souffrant de symptômes dépressifs. La personne bénévole offre une présence et une écoute active.
- Il est possible d'offrir ses services à l'Hôpital Jeffery Hale pour agir à titre de bénévole auprès des patientes et patients dans différentes unités, notamment les soins de longues durées, les soins palliatifs, la réadaptation et plus encore.

2.6. Milieu défavorisé ou à risque

- Les bénévoles peuvent offrir leurs services à Lauberivière, qui accueille une clientèle variée (problèmes de santé mentale, problèmes de consommation et de comportement, prostitution, pauvreté, etc.). Les tâches possibles sont l'écoute active auprès des bénéficiaires, la gestion de crise, l'aide à la réinsertion sociale, l'accomplissement d'entrevues d'entrée et la participation aux différentes tâches du responsable d'étage. Il y a possibilité de faire du travail rémunéré, mais de nuit.
- La Maison de la Famille recrute des bénévoles pour faire des évaluations et des suivis thérapeutiques, de l'écoute, de l'élaboration et mise en place de plans d'intervention, et faire des références à d'autres organismes. La personne bénévole aide les individus ayant besoin de soutien psychologique, mais qui ne peuvent y accéder dans l'immédiat en raison de leur situation financière ou des délais d'attente. La clientèle de la Maison de la Famille comporte aussi des personnes vivant des problèmes familiaux et conjugaux.
- SOS Grossesse recrute des bénévoles pour faire de l'écoute téléphonique auprès des personnes qui appellent et qui vivent une situation problématique en lien avec la grossesse, l'avortement ou l'adoption. Le rôle de la personne bénévole est de renseigner et de référer ces personnes.

Dans ces cas, même si ces personnes n'ont pas de psychopathologies, vos heures de relation d'aide pourraient être comptabilisées, car vous leur apportez un soutien psychologique dans leur problématique. Au moment de votre demande d'admission au doctorat, vous devrez mettre de l'avant votre rôle dans le soutien psychologique de ces différentes problématiques.

Autres exemples: Centre femmes aux trois A, Centre de parrainage civique de Québec, Dysphasie Québec, Gris Québec, Maison Hélène-Lacroix, Le Pignon Bleu, Re-Fa-Vie, Société de Saint-Vincent de Paul de Québec, Centre d'intervention Gabri-Ailes

2.7. Enfants

- Il est possible d'accompagner des enfants ayant des besoins particuliers (handicap intellectuel, trouble envahissant du développement, autisme, etc.) dans certains camps de jour comme Kéno et Saint-Sacrement. Le but est d'intégrer l'enfant dans son groupe et de



le faire participer aux activités. Ceci est un travail rémunéré qui se fait généralement durant l'été.

Attention : travailler comme animateur ou animatrice dans un camp d'été auprès de jeunes qui n'ont pas de problématiques particulières ne compte pas pour de la relation d'aide.

Il est toujours possible de s'informer auprès des organismes ci-dessus pour savoir s'ils offrent du travail rémunéré. Certains endroits recrutant des bénévoles offrent des postes rémunérés après un certain temps de bénévolat.

Autres exemples: Grands Frères Grandes Soeurs, Laura Lémerville

3. Ressources pour connaître les endroits possibles où s'impliquer en relation d'aide

3.1. Conseillère en emploi du SPLA

Caroline Clavet

Conseillère en emploi

spla@spla.ulaval.ca

Centre des stages et d'emplois pour la
faculté des sciences sociales Pavillon
Charles-De Koninck, Local 3445
Université Laval (Québec) G1V 0A6

Elle est disponible pour vous aider à :

- Cerner et identifier vos intérêts en recherche ;
- Identifier des milieux potentiels ;
- Préparer votre CV et votre lettre de présentation ;

Prenez rendez-vous en communiquant directement au 418-656-3575.

3.2. Le SPLA

Le **Service de Placement de l'Université Laval** publie des milliers d'offres d'emploi, de bénévolat et de stage partout à travers la province. Il informe aussi sur les activités pertinentes aux différents domaines d'étude tels que des formations et des activités carrières. Restez à l'affût en mettant à jour votre profil sur le site du SPLA ou par l'application mobile « L'effet SPLA ».



3.3. Le profil professionnel

Sur le site du SPLA, dans « services et outils » de l’onglet « étudiants » ou directement sur le portail, dans l’onglet «emplois et stages», vous aurez accès au service “profil professionnel” qui vous permet de bâtir votre profil professionnel en ligne. Il est conçu pour vous accompagner du début de vos études jusqu’à votre intégration au marché du travail. L’outil permet de se forger un C.V. en ligne et de recevoir des offres venant d’employeurs et d’employeuses pour des emplois, des stages et du bénévolat en lien avec vos objectifs de carrière. L’outil donne accès à des modules d’exercices et d’activités permettant de mieux vous connaître, de mieux connaître le marché du travail et de développer un projet professionnel clair.

3.4. Centre d’action bénévole de Québec

Le **Centre d’action bénévole de Québec (CABQ)** est une corporation à but non lucratif qui a pour mission de promouvoir l’action bénévole et de soutenir tous les organismes communautaires des régions de la Capitale-Nationale et de Chaudière-Appalaches. L’ensemble des demandes de bénévolat des organismes couvrant ces deux régions sont acheminées au CABQ. L’étudiante ou l’étudiant intéressé par le bénévolat peut ainsi communiquer directement avec le CABQ et sera dirigé vers une agente ou un agent d’orientation qui pourra lui proposer diverses possibilités de bénévolats en fonction de ses intérêts. Il est ensuite possible de communiquer avec les organismes retenus afin d’offrir ses services à titre de bénévole.

3.5. Travaux pratiques

Le cours **PSY-2102, Travaux pratiques**, est donné à l’automne de chaque année pour les personnes ayant atteint un minimum de 24 crédits. Il a pour objectif général de permettre de vivre une expérience de contact suivi avec des personnes généralement considérées comme marginales ou souffrant d’un handicap ou éprouvant des difficultés sur le plan de la santé mentale. Un minimum de 91 heures de bénévolat doit être effectué pendant la session d’automne dans le milieu d’accueil. À titre indicatif, cela correspond à sept heures de bénévolat par semaine pendant treize semaines. Ce cours est une belle opportunité pour acquérir de l’expérience en relation d’aide.



3.6. Psychologie appliquée à l'emploi

Le cours **PSY-3152, Psychologie appliquée à l'emploi**, est offert toutes les sessions de chaque année pour les personnes ayant atteint un minimum de 30 crédits. L'objectif de ce cours vise l'intégration sur le marché de l'emploi et encourage la formation pratique en milieu de travail. Comportant un minimum de 140 heures rémunérées dans un milieu d'intervention, ce cours est une belle opportunité pour acquérir de l'expérience en relation d'aide et des connaissances utiles pour la recherche d'autres expériences.

3.7. Stage de sensibilisation interculturelle en psychologie

Le cours **GPL-3153, Stage de sensibilisation interculturelle en psychologie I**, est un stage offert durant la session d'été aux personnes ayant accumulé 45 crédits avant leur départ. Ce cours prend la forme d'un stage de sensibilisation à l'internationalisation de la pratique et de la recherche. Le contenu précis fait suite à une entente entre vous et la personne responsable du cours. Il doit représenter au minimum 270 heures de travail de terrain, heures de relation d'aide en psychologie, réparties sur un minimum de huit semaines consécutives. Ce stage est une belle occasion d'accumuler des heures de relation d'aide dans un contexte interculturel très enrichissant. Les démarches commencent à l'automne précédent le départ. Certains préalables sont exigés dont le cours PSY- 2113 : Psychologie et cultures offert à l'automne.

3.8. Autres

Astuce : Soyez à l'affût des offres qui se publient régulièrement sur le groupe Facebook:

Université Laval: Psychologie Ψ

3.9. La Connexion Interétudiante

Les membres du comité de la Connexion demeurent disponibles pour répondre à vos questions en ce qui a trait à la reconnaissance de vos heures en relation d'aide.

Pour toutes questions : connexion@psy.ulaval.ca ou visiter notre [site Web](#)