

Bulletin de la Section SCP pour étudiants

Numéro 22, printemps
2024

CANADIAN
PSYCHOLOGICAL
ASSOCIATION



SOCIÉTÉ
CANADIENNE
DE PSYCHOLOGIE

Table des matières

3 – 4	Message de la présidente
5 – 6	Mise à jour du Comité JEDI
7 – 11	Faits saillants du congrès à venir 8: Conférencier principal 9 – 11: Panels et ateliers
12 – 13	Soumissions d'étudiants
14	Opportunités de récompenses
15 – 16	Programme de mentorat
17	Conversations avec notre mentore de l'année
18 – 19	Mise à jour de Notes d'idées
20	Résultats des élections
21 – 22	Livres du mois
23	Réseaux sociaux



Message de la présidente

Chers membres de la Section étudiante,

Ce fut un plaisir et un honneur d'avoir présidé la Section des étudiants en psychologie de la SCP pour l'année 2023-2024. Je suis très reconnaissante d'avoir eu l'opportunité de travailler avec les membres exceptionnels de l'équipe de direction de la section étudiante. Ce fut également un plaisir de communiquer avec des étudiants de partout au pays et de contribuer à soutenir et à organiser les nombreuses initiatives de notre section. Dans ce numéro du bulletin d'information de la Section, vous trouverez des informations sur le prochain Congrès SCP 2024 à Ottawa ainsi que de nombreux articles intéressants rédigés par des étudiants de notre Section.

Nous sommes ravis de pouvoir nous réunir à nouveau en personne pour le congrès annuel de la SCP cette année et de pouvoir communiquer en personne avec bon nombre d'entre vous. Nous avons prévu plusieurs événements attrayants et informatifs pour les étudiants participant au Congrès SCP 2024 de cette année, conçus pour répondre aux besoins de formation des étudiants à différents niveaux de formation.

Nous présenterons des ateliers et des panels sur plusieurs sujets, notamment les candidatures aux études supérieures, la navigation dans les défis du monde universitaire en tant qu'étudiant en psychologie et les demandes de financement pour les étudiants. Le comité de justice sociale, d'équité, de diversité et d'inclusion de notre section a également organisé un atelier axé sur la justice, l'équité, la diversité et l'inclusion en psychologie.

Nous sommes également ravis d'accueillir le Dr John Zelenski de *Carleton University* comme conférencier principal de notre section. La présentation du Dr Zelenski s'intitule *Les gens peuvent-ils améliorer leur bien-être en aidant l'environnement naturel ?* Cette présentation se concentrera sur les thèmes du bien-être humain et de la santé environnementale et sur la manière dont le traitement de la nature peut être un chemin vers le bonheur humain.

Message de la présidente

Sa présentation aura lieu le 22 juin de 16h00 à 17h00 HAE.

J'espère avoir la chance de communiquer avec tous ceux d'entre vous qui assisteront au congrès de cette année tout au long du week-end du 21 au 23 juin, ainsi qu'à notre réunion d'affaires annuelle de section qui aura lieu juste après la présentation du Dr Zelenski le 22 juin de 17h00 à 18h00 HAE. Nous tirerons au sort une carte-cadeau de 100 \$ pour le congrès de l'année prochaine. Nous espérons également vous voir à notre événement social annuel de la section étudiante, qui aura lieu le 22 juin immédiatement après l'AGA de 18h00 à 19h00 HAE. C'est une excellente occasion de rencontrer d'autres étudiants et de profiter de quelques rafraîchissements tout en en apprenant davantage sur les activités de notre section. L'équipe exécutive de la section étudiante est là pour vous et nous ferons de notre mieux pour répondre à toutes vos questions ou préoccupations. J'espère rencontrer un grand nombre d'entre vous à Ottawa tout au long du 85e Congrès annuel de la SCP !

Melissa Lazo
University of British Columbia
Présidente de la Section des
étudiants en psychologie
chair.cpastudentsection@gmail.com



Mise à jour du Comité JEDI

Bonjour Section étudiante CPA!

Nous sommes ravis de partager quelques mises à jour sur les initiatives sur lesquelles nous avons travaillé pour promouvoir la justice, l'équité, la diversité et l'inclusion dans le domaine de la psychologie au Canada.

Refonte de notre compte X (Twitter) :

Nous sommes en train de réorganiser notre compte Twitter non seulement pour partager des ressources générales liées à la psychologie et au JEDI, mais également pour mettre en valeur les cliniciens et les chercheurs activement engagés dans les travaux liés au JEDI. De plus, nous partagerons des subventions et des opportunités de financement destinées aux groupes sous-représentés afin de garantir un accès équitable aux ressources et au soutien.

Initiatives interuniversitaires :

Nous participons activement à des initiatives spécifiques dans les universités de l'Ontario, en ciblant particulièrement les étudiants en psychologie de première et quatrième année. Qu'ils fassent une demande d'admission aux études supérieures, qu'ils prennent une année sabbatique ou qu'ils entrent sur le marché du travail, nous nous efforçons de leur fournir un soutien et des conseils sur mesure afin de les aider dans leur cheminement.

Mises à jour du site web et ressources générales :

Notre site web fait l'objet de mises à jour afin d'offrir des ressources plus complètes et adaptées à des groupes spécifiques. Nous pensons qu'il est essentiel de fournir des informations accessibles et pertinentes pour favoriser l'inclusion et l'autonomisation au sein de notre communauté.

Appel à suggestions :

Nous tenons à exprimer notre gratitude à tous ceux qui ont déjà soumis des suggestions pour les activités du comité JEDI. Votre contribution est inestimable et nous intégrons déjà de nombreuses idées dans notre programmation de groupe. Nous acceptons toujours des suggestions sur une base continue, alors n'hésitez pas à nous faire part de vos idées. Voici le lien pour soumettre vos suggestions :

<https://forms.gle/UbaeEyakDFJFaY2f8>

Mise à jour du Comité JEDI

Bienvenue à notre nouveau membre de la commission :

Enfin, nous sommes ravis d'accueillir un nouveau membre au sein de notre comité. Permettez-nous de vous présenter Lesly Nzeusseu Kouamou. Lesly Nzeusseu est actuellement étudiante en première année de doctorat à l'Université de Montréal, où elle étudie les sciences industrielles et de psychologie organisationnelle. Elle est une ancienne élève de l'Université d'Ottawa, où elle a obtenu un baccalauréat en psychologie et en études sur le genre. Ses recherches portent sur la diversité au travail, la transformation numérique et la santé et la sécurité au travail. Elle aspire à combiner ces intérêts pour favoriser des lieux de travail équitables, inclusifs, sûrs et prêts pour l'avenir, qui placent le bien-être des travailleurs au centre de leurs préoccupations. Pendant son temps libre, Lesly aime faire de la pâtisserie, assister à des événements, faire du bénévolat et écouter des balados (n'hésitez pas à lui faire des recommandations !) tout en explorant la belle ville de Montréal. Les trois mots qui la caractérisent le mieux sont compassion, optimisme et adaptabilité.



Merci à tous pour votre soutien continu et votre dévouement à l'avancement de la justice, de l'équité, de la diversité et de l'inclusion dans notre domaine.



@CPAStudentsJEDI

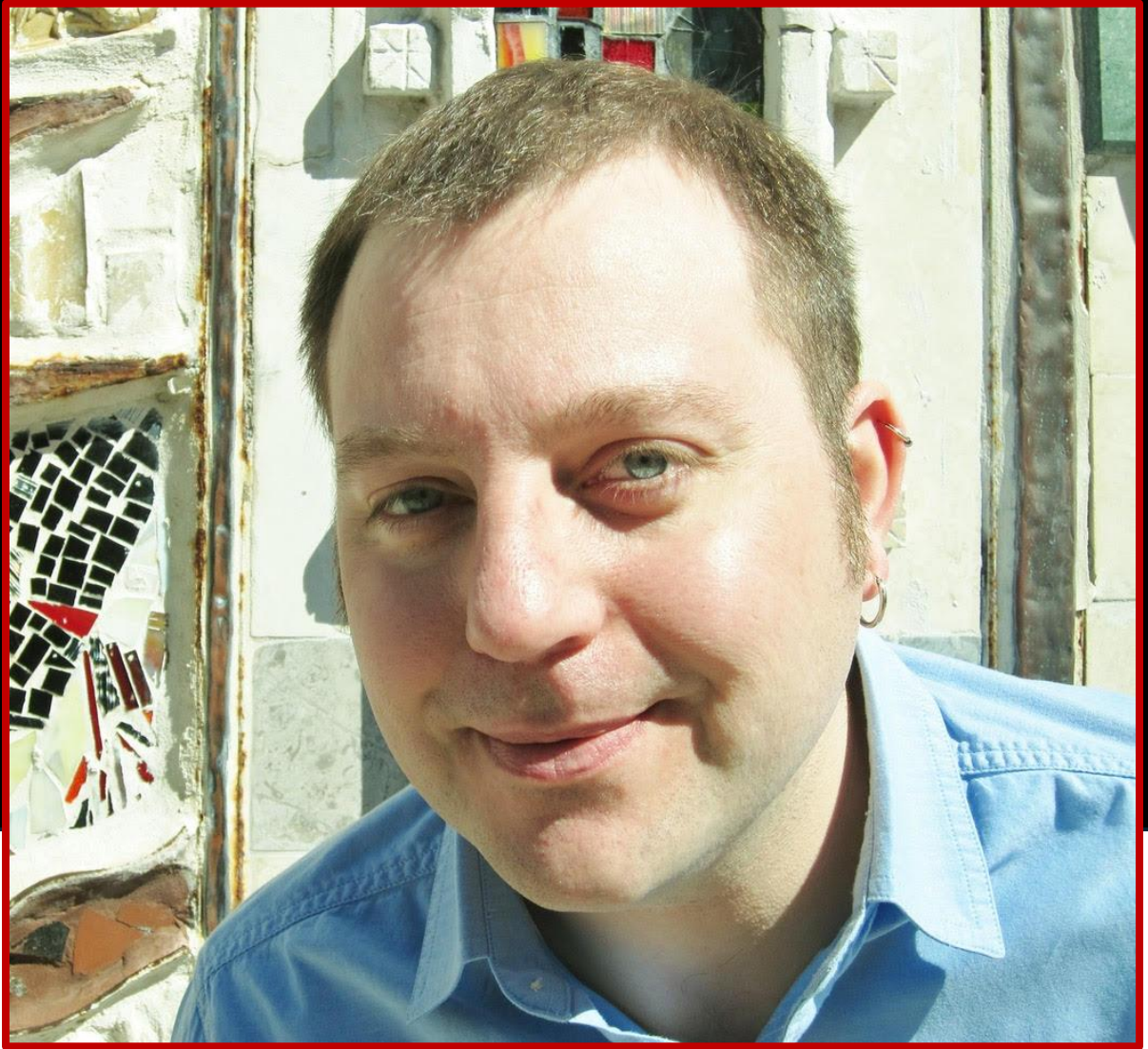
Faits marquants de la prochaine convention

La convention annuelle 2024 aura lieu du **21 au 23 juin** à
l'hôtel Westin d'Ottawa, en **Ontario**.

Inscrivez-vous ici :

<https://convention.cpa.ca/scientific-program/pre-conference-events/>

Rencontrez notre conférencier principal: Dr. John Zelenski



Dr. Zelenski est professeur au département de psychologie de *Carleton University*, où il vit et travaille depuis 20 ans. En tant que chercheur et directeur du *Carleton University Happiness Laboratory* (CUHL), il étudie les différences individuelles en matière de bonheur et la manière dont la personnalité se manifeste « dans l'instant » sous la forme de processus émotionnels et cognitifs. Ses recherches se sont longtemps concentrées sur les causes et les conséquences du comportement extraverti. Récemment, ses recherches se sont davantage concentrées sur les bienfaits de l'interaction avec la nature, sur la manière dont les gens établissent des liens subjectifs avec la nature et sur la façon dont ces liens sont associés à des comportements pro-sociaux et durables. Le Dr Zelenski a récemment publié un manuel, *Positive Psychology : The Science of Well-Being*.

Section de la SCP pour les événements de la convention des étudiants

Date	Évènement	Heure	Lieu
Vendredi 21 juin	Naviguer dans l'université : « Ce que j'aurais ce que j'aurais aimé savoir »	15h00 – 15h55	Gouverneur Général Salle de bal III (Quatrième étage)
Samedi 22 juin	« Pas seulement clinique » : Introduction aux nombreuses possibilités de carrière en psychologie	8h00 – 8h55	Gouverneur Général Salle de bal II (Quatrième étage)
Samedi 22 juin	Candidature aux études supérieures : Les étapes de la réussite	14h00 – 15h25	Gouverneur Général Salle de bal III (Quatrième étage)
Samedi 22 juin	Naviguer bourses d'études et bourses et subventions : Un atelier sur le financement	11h00 – 12h00	Gouverneur Général Salle de bal III (Quatrième étage)
Samedi 22 juin	Conférencier principal de la section	16h00 – 17h00	Gouverneur Général Salle de bal III (Quatrième étage)
Samedi 22 juin	Assemblée générale annuelle de la section	17h00 – 18h00	Gouverneur Général Salle de bal III (Quatrième étage)
Samedi 22 juin	Évènement social de la section	18h00 – 19h00	Gouverneur Général Salle de bal III (Quatrième étage)
Dimanche 23 juin	Faire progresser la justice, l'équité, la diversité et l'inclusion : Un point de départ, pas une réflexion après coup	11h00 – 11h55	Colombie-Britannique (Deuxième étage)

Voir les pages suivantes pour plus de détails sur les panels et les ateliers !

Ateliers

Naviguer dans les bourses et les subventions : Un atelier sur le financement

Cet atelier vise à aider les étudiants à mieux comprendre les financements et les bourses d'études, en couvrant les différents types de soutien financier pour les étudiants de premier et de deuxième cycle. Il explore de multiples possibilités de financement, y compris les possibilités de financement fédérales, provinciales, fondées sur le mérite et sur les besoins. Les participants apprendront les bases de la demande de subvention et de financement, y compris les conditions d'éligibilité, la rédaction d'une déclaration personnelle et les méthodes pour approcher les mentors, les pairs et les parties prenantes externes pour obtenir un soutien. En fin de compte, l'atelier vise à donner aux étudiants les moyens d'exceller dans leurs études en les aidant à accéder aux ressources financières dont ils ont besoin.

Candidature aux études supérieures : Les étapes de la réussite

Postuler à une école supérieure peut être une expérience intimidante et anxiogène. Cet atelier vise à démystifier le processus de candidature et à doter les étudiants de compétences et de connaissances concrètes pour faciliter leur candidature. Animé par quatre membres du bureau de la section des étudiants en psychologie, les présentateurs ont pour objectif de partager leurs expériences et leur expertise en matière de candidature aux études supérieures en psychologie. Une présentation sur les étapes de la réussite couvrira des sujets pertinents tels que la recherche du bon programme, l'obtention de lettres de référence, l'élaboration d'un CV et d'une déclaration d'intérêt, la recherche d'un bon superviseur et la préparation aux entretiens. La présentation sera suivie de groupes de travail axés sur les compétences où les participants auront l'occasion d'acquérir des compétences concrètes telles que la pratique des entretiens, l'analyse des forces et des faiblesses d'exemples de CV et la mise en forme de lettres destinées à des superviseurs potentiels. La partie consacrée aux compétences sera suivie d'une période de questions et réponses au cours de laquelle des étudiants diplômés de plusieurs domaines de la psychologie seront disponibles pour répondre aux questions. Les étudiants de premier cycle qui prévoient de poser leur candidature à des études supérieures dans les années à venir sont encouragés à participer.

Panels

Naviguer dans le monde universitaire : « Ce que j'aurais aimé savoir »

Ce panel a pour but d'aborder les défis liés à la navigation dans le monde universitaire, en particulier dans le domaine de la psychologie, en présentant des personnes à différents stades de leur carrière, notamment des étudiants en maîtrise, des doctorants, des boursiers postdoctoraux, des professeurs titulaires, des professionnels récents et des cliniciens. La question centrale de la discussion sera la suivante : « Qu'auriez-vous aimé savoir avant de vous lancer dans une carrière en psychologie ? » Les panélistes partageront leurs points de vue personnels et les leçons qu'ils ont apprises, en abordant des sujets tels que la candidature et la navigation dans les programmes d'études supérieures, la préparation aux examens complets, la transition vers des postes de professeurs, le maintien des rôles dans le monde universitaire et l'exploration de carrières non académiques. L'objectif de ce panel est de fournir aux participants des informations précieuses qui les aideront à mieux gérer leur propre parcours universitaire.

Faire progresser la justice, l'équité, la diversité et l'inclusion : Un point de départ, pas une réflexion après coup

Compte tenu de l'engagement actif du domaine de la psychologie dans la promotion de la justice, de l'équité, de la diversité et de l'inclusion (JEDI), le panel sera composé de 4 à 6 professionnels issus de diverses sous-spécialités de la psychologie, telles que le handicap/la neurodiversité, l'indigénéité, les minorités de genre/sexuelles et les minorités raciales. Chaque membre du panel partagera son expérience clinique et de recherche sur les phénomènes de ces populations qui ont été historiquement négligées ou traitées de manière inéquitable. Les participants pourront également poser des questions sur la mise en œuvre des pratiques JEDI dans leur travail. Le panel vise à favoriser un dialogue ouvert et une prise de conscience à tous les stades de la carrière et dans toutes les sous-disciplines, en mettant l'accent sur la reconnaissance de l'identité comme une considération centrale plutôt qu'une réflexion a posteriori.

« Pas seulement clinique » :

Introduction aux nombreuses carrières possibles en psychologie

Les étudiants ignorent souvent les nombreuses voies qui s'offrent à eux en dehors de la psychologie clinique dans le domaine de la psychologie. Cette table ronde réunira des étudiants diplômés de diverses sous-disciplines de la psychologie qui expliqueront ce qu'ils étudient et quelles sont leurs options de carrière. Les étudiants auront également l'occasion de poser des questions aux panélistes sur leur sous-domaine, leur parcours académique au sein de leur sous-domaine, leur recherche et leur parcours professionnel.

Soumissions d'étudiants

Cet été, je dirigerai une intervention psychosociale basée sur la comédie que j'ai développée pour les adolescents en Afrique du Sud. Cette intervention se déroulera dans les Villages d'enfants SOS, une ONG qui accueille des enfants orphelins et abandonnés. Mon travail bénévole sur place est financé par une bourse que j'ai obtenue dans le cadre du programme de leadership et de recherche de Laidlaw. Dans le cadre de cette opportunité, les boursiers Laidlaw doivent mener une recherche indépendante et originale au cours de leur premier été (c'est-à-dire l'été 2023), puis, au cours de leur deuxième été, ils doivent entreprendre une initiative de bénévolat pour aider à développer davantage leurs compétences en leadership. Au cours de mon premier été, j'ai étudié le rôle médiateur de l'autorégulation dans la relation entre l'adversité de l'enfance et l'agression. Aujourd'hui, je suis enthousiaste à l'idée de transposer cette recherche initiale dans un domaine plus pratique en présentant une intervention basée sur les arts qui vise à améliorer l'autorégulation chez les jeunes. Plus précisément, je vais initier les adolescents au concept de l'improvisation comique, qui consiste à jouer une scène comique sans scénario préparé. J'espère que cette intervention les aidera à apprécier des compétences dont ils ne se rendaient pas compte qu'elles étaient déjà en eux, comme la capacité d'accepter l'incertitude et de rester résilient. Cette intervention, qui durera six semaines, comportera certainement quelques défis, mais j'ai rencontré le personnel de cette ONG tous les mois pour m'enquérir des besoins de cette communauté. Grâce à ces consultations, je suis convaincu que je serai en mesure d'influencer positivement les trajectoires de développement des adolescents que je rencontrerai. J'ai hâte de contribuer à leur croissance et je suis impatient de commencer.

Youness Robert-Tahiri
Étudiante de premier cycle en psychologie
University of Toronto

Crossover youth sont une cohorte d'enfants et d'adolescents qui ont un passé de protection de l'enfance et qui ont été orientés vers des services de santé mentale pour des raisons liées au système de justice juvénile. Il s'agit d'une population particulièrement vulnérable en raison des défis uniques auxquels elle est confrontée du fait de ses interactions avec les services de protection de l'enfance et le système de justice pour mineurs. L'objectif de cette étude était de déterminer les différences dans les caractéristiques des familles et des enfants, la santé mentale et le bien-être, ainsi que l'accès et l'utilisation des services entre Crossover youth qui accèdent aux services de santé mentale et les autres jeunes qui ont été référés cliniquement. L'échantillon de l'étude était composé de 373 paires appariées de Crossover youth et de jeunes témoins âgés de 12 à 18 ans qui ont été évalués par des professionnels formés à l'aide de l'évaluation interRAI Child and Youth Mental Health (ChYMH). Les données d'évaluation ont été obtenues auprès de 65 agences de santé mentale de la province de l'Ontario, au Canada, dans le cadre d'une pratique clinique régulière. Les résultats ont montré que, par rapport aux jeunes référés cliniquement, Crossover youth ont subi des niveaux plus élevés de traumatisme (par exemple, abus sexuel, abus physique, abus émotionnel ou violence domestique) et de polyvictimisation, définie comme l'expérience de deux types de traumatisme ou plus. Crossover youth présentaient également plus de problèmes relationnels avec la famille et les amis, des difficultés comportementales extériorisées (par exemple, agression, non-conformité, trouble du déficit de l'attention/hyperactivité), des problèmes de consommation de substances, et moins de points forts (par exemple, confiance en soi, bons résultats scolaires, perspectives positives) par rapport aux jeunes référencés cliniquement. Les résultats de cette étude ont montré que Crossover youth présentent des schémas de risque et des caractéristiques uniques en matière de santé mentale et de bien-être, d'utilisation des services et de caractéristiques de la famille et de l'enfant. Il existe également des différences significatives entre les sexes parmi Crossover youth dans ces mêmes catégories.

Seema Hodda
Étudiante en master de psychologie appliquée à l'école et à l'enfant
Western University

L'incidence de nombreuses maladies chroniques, dont le VIH, est en augmentation au Canada. En raison de la colonisation et de ses effets sur les déterminants sociaux de la santé, les populations autochtones sont plus touchées par le VIH. Cependant, de nombreux autochtones vivant avec le VIH/sida déclarent vivre bien. Dans le cadre de mon mémoire de fin d'études à *University of Victoria*, dans le programme de psychologie, j'ai évalué comment le fait d'aider les autres, par exemple en étant un leader ou un mentor dans la communauté, facilite le bien-être des peuples indigènes vivant avec le VIH/sida. En tant qu'étudiante diplômée à *Lakehead University*, je mène actuellement un projet de connaissance, de traduction et d'échange, financé par le Feast Centre for Indigenous STBBI Research, consacré à la traduction de nos résultats. Les communautés autochtones ont indiqué une forte préférence pour les activités d'EAC qui s'appuient sur les modes de connaissance autochtones. Les récits reflètent la tradition orale de partage des connaissances et des théories et sont présents chez les peuples indigènes depuis des temps immémoriaux. En utilisant des métaphores, les histoires enseignent des leçons et des valeurs d'une manière qui permet à chacun d'en interpréter le sens. Les histoires sont racontées et racontées à nouveau tout au long de la vie, et leurs significations et interprétations évoluent en fonction de la place que nous occupons dans la vie. Cela permet aux histoires de rester vivantes et pertinentes pour l'expérience d'un individu. L'utilisation d'histoires pour partager les connaissances indigènes (par exemple, les résultats de la recherche) est un acte puissant de décolonisation des pratiques de recherche, représentant ce que nous avons toujours fait en tant que peuples indigènes pour partager les connaissances à travers les générations. Dans le cadre du projet actuel, je travaille avec une équipe de chercheurs autochtones et non autochtones, des membres de la communauté et un conteur anishinaabe pour traduire ces résultats. Nous espérons que cette approche garantira la pertinence de nos recherches pour les communautés autochtones du Canada, y compris les peuples autochtones vivant avec le VIH.

Brittany Skov
Étudiante en maîtrise de psychologie clinique
Lakehead University

Le trouble bipolaire (TB) est un trouble très chronique qui entraîne une déficience fonctionnelle. Il a été très souvent diagnostiqué à tort dès le début comme une dépression, ce qui entraîne un pronostic plus défavorable. L'héritabilité et les traumatismes sont deux facteurs de vulnérabilité au développement du trouble bipolaire. Bien qu'extrêmement importants, les signes précoces de développement de ce trouble sont peu connus. Par conséquent, cette étude vise à examiner l'impact des traumatismes sur les signes précoces de développement du BD, dans l'espoir de réduire les diagnostics erronés et de fournir aux enfants à risque davantage de mesures préventives. L'hypothèse est que les symptômes des troubles de l'anxiété et de l'humeur seront plus fréquents chez les enfants à risque qui ont vécu une expérience traumatisante. L'ensemble de données ABCD (Adolescent Brain Cognitive Development) comprenait 626 participants ayant au moins un parent au premier degré atteint de BD. Le Kiddie Schedule for Affective Disorders and Schizophrenia Lifetime Version (KSADS-PL) a permis d'évaluer les symptômes maniaques, dépressifs et anxieux. Les tests U de Mann Whitney et chi-carré dans R Studios ont comparé le nombre de symptômes et le nombre d'enfants ayant présenté au moins un symptôme, respectivement, entre les groupes ayant subi un traumatisme et les groupes n'ayant pas subi de traumatisme.

Aucune différence statistiquement significative n'est apparue entre les groupes traumatisés et non traumatisés en ce qui concerne la dépression, la manie et l'anxiété, le nombre de symptômes ou la fréquence des symptômes. L'étude a été limitée par le petit nombre d'enfants qui ont effectivement manifesté des symptômes psychopathologiques. En outre, il faut tenir compte du fait que les enfants étaient encore âgés de 9 à 10 ans au début de l'étude. Par conséquent, il serait intéressant pour les recherches futures de mener une étude longitudinale sur la même cohorte une fois que les données de suivi à 10 ans de l'étude ABCD seront accessibles. Cela permettrait de réévaluer si les individus du groupe traumatisé présentent des indicateurs précoces de BD plus élevés.

Christina Ghaleb
Étudiante de premier cycle en psychologie
McGill University

Opportunités de récompenses

Gardez l'œil ouvert sur ces possibilités de récompenses au cours de l'année à venir !

Subvention pour les initiatives sur le campus

La Section des étudiants soutient le développement de projets, de programmes, d'initiatives et d'événements sur le campus qui appuient les objectifs d'éducation, de réseautage et de formation de la Section et de ses membres. La section reconnaît que les organisations gérées par les étudiants (par exemple, les associations d'étudiants en psychologie) ou les étudiants individuels ont souvent des idées d'initiatives ou de projets organisés sur le campus de leur collègue ou de leur université qui bénéficieraient d'un financement externe supplémentaire. À cette fin, la section a attribué deux prix de 750 \$ par an à des initiatives de projets ou d'activités remarquables émanant de groupes gérés par des étudiants ou d'étudiants individuels. Un courriel détaillant les qualifications spécifiques et les étapes de la candidature sera généralement envoyé au cours du semestre d'hiver.

Bourse de recherche pour étudiants

Ce prix est destiné à soutenir les étudiants en licence ou en master dans n'importe quel domaine ou discipline de la psychologie qui sont activement engagés dans la recherche. Compte tenu des coûts associés à la conduite de la recherche et du financement limité dont disposent les étudiants, la Section des étudiants souhaite reconnaître et soutenir les efforts de recherche des étudiants en attribuant quatre bourses de recherche, d'une valeur de 500 \$ chacune, afin d'alléger une petite partie du fardeau financier.

Bourses de voyage

Le but des bourses de voyage de la Section des étudiants de la Société canadienne de psychologie (SCP) est d'encourager les étudiants canadiens à assister au congrès annuel de la SCP et à présenter leur recherche. Cette bourse récompensera les étudiants de grande qualité qui présentent des soumissions solides (à n'importe quelle section de la SCP), principalement en fonction des besoins financiers, tels que déterminés par le comité exécutif de la Section des étudiants. La distance du candidat par rapport au lieu du congrès annuel sera prise en considération. La valeur et les procédures de candidature seront annoncées chaque année par le comité exécutif de la section des étudiants.

Programme de mentorat

Qu'est-ce que le Programme de mentorat étudiant ?

Le programme de mentorat étudiant de la SCP a été fondé en 2015 par Zarina Giannone, dont la vision était de créer une opportunité de connexion, d'orientation et de soutien pour les étudiants en psychologie. Le programme vise à servir notre communauté d'étudiants affiliés à la SCP en facilitant un espace de connexion et de partage d'expériences et d'informations. Le programme de mentorat associe des étudiants de premier cycle à des étudiants de deuxième cycle. Le jumelage est conçu pour être flexible afin de répondre aux besoins de la paire de mentors. Les binômes discutent des objectifs spécifiques du mentoré et prennent des mesures pour atteindre ces objectifs tout au long de l'année. Les mentors guident, soutiennent et répondent aux questions de leurs mentorés sur divers sujets, tels que l'implication dans la recherche, la candidature aux études supérieures, les options de carrière en psychologie et les demandes de financement. Les candidats sont jumelés en fonction de leurs intérêts spécifiques, de leurs compétences et de leurs expériences dans les différents domaines de la psychologie, ce qui leur donne l'occasion de partager des informations et des connaissances à différents stades de leur formation.

Quels sont les avantages de participer au programme ?

Les mentorés :

Les mentorés ont la possibilité de poser des questions relatives à la poursuite d'un diplôme d'études supérieures en psychologie. Ces questions peuvent porter sur les cours à suivre, les opportunités professionnelles, les options académiques, les candidatures aux études supérieures, la prise en charge de soi tout au long du parcours académique, la manière de demander des lettres de recommandation, et bien d'autres choses encore. Les mentorés ont également l'occasion unique d'apprendre de quelqu'un qui comprend ce que c'est que de passer par ces processus académiques et les difficultés de prise de décision qui peuvent parfois survenir. Savoir que l'on n'est pas seul pendant une période qui peut sembler déroutante et accablante peut faire une différence significative.

Les mentors :

De nombreux mentors nous ont confié qu'ils auraient aimé avoir quelqu'un qui les aurait guidés et soutenus alors qu'ils envisageaient de s'inscrire dans une école d'études supérieures et qu'ils naviguaient entre leurs diplômes de premier cycle. Le rôle de mentor permet aux étudiants en psychologie diplômés d'offrir les conseils et le soutien qu'ils auraient souhaité avoir. C'est également l'occasion pour les mentors d'acquérir ou d'améliorer leurs compétences en matière de communication, de supervision et de leadership. Le programme fournit aux participants des manuels de mentorat et des suggestions de sujets de discussion pour faciliter le processus de mentorat.

Pour en savoir plus, consultez le site Web du programme de mentorat des étudiants de l'ACP : <https://cpa.ca/students/mentorship/>

Nouvelles de la cohorte de mentorat 2023-2024

Cette année, nous avons eu 108 participants au programme de mentorat. La cohorte de mentors 2023-2024 comprenait des étudiants diplômés de programmes de maîtrise et de doctorat en psychologie clinique, psychologie du conseil, psychologie scolaire, neuropsychologie, psychologie judiciaire, psychologie du développement, psychologie sociale, psychologie organisationnelle et psychologie appliquée et expérimentale. C'était merveilleux d'avoir un groupe aussi diversifié d'étudiants capables d'offrir un mentorat à des étudiants de premier cycle. Nous avons également accueilli plusieurs mentors et mentorés de retour.

Félicitations aux lauréats de la cohorte de mentors et de mentorés 2023-2024. **Jane Phillips est notre mentor exceptionnel de l'année et Angèle Jenkins est notre mentor exceptionnel de l'année.** Félicitations à toutes les deux pour leurs fantastiques contributions au programme ! Une mention honorable est décernée à nos finalistes : Hailey Alstrom, Katie Lawrence, Maya Amestoy et Noemie Viens.

Rejoignez le programme à l'automne 2024.

Si vous souhaitez rejoindre le programme de mentorat à l'automne 2024, notez-le dans votre agenda ! L'appel à candidatures pour les mentorés et les mentors sera lancé à la fin du mois de juillet 2024. L'appel à candidatures sera annoncé sur notre page web, sur les plateformes de médias sociaux et par courriel aux étudiants affiliés, alors restez à l'affût !

Une note de la coordonnatrice du programme de mentorat 2023-2024 :

Coordonner la 9e édition du Programme de mentorat étudiant de la SCP a été un plaisir absolu. En tant que coordonnatrice, j'ai eu l'occasion de lire les demandes de chacun, y compris leur CV et leur déclaration d'intention pour le programme. J'ai été très impressionnée par tous nos candidats et j'ai hâte de voir ce que vous accomplirez tous en psychologie et au-delà. Aux mentorés : félicitations d'avoir saisi une nouvelle opportunité et d'avoir investi votre temps dans vos objectifs professionnels. Aux mentors : merci de partager votre temps, votre énergie, vos connaissances et votre expertise avec votre mentor. Sans chacun d'entre vous, ce programme ne serait pas possible.

En tant que coordinatrice du programme, je suis là pour soutenir tous les participants au programme. J'invite les participants passés et présents à me faire part de leurs commentaires ou de leurs suggestions pour améliorer le programme de mentorat afin de mieux servir tous les étudiants affiliés de la SCP. N'hésitez pas à m'envoyer un courriel à chairelect.cpastudentsection@gmail.com.

Aux participants du Programme de mentorat de la SCP 2023-2024, je vous remercie sincèrement pour votre temps, votre dévouement et votre engagement envers le programme. Le mentorat est une partie précieuse de l'apprentissage et de la croissance dans le domaine de la psychologie, et vous devriez tous être très fiers du travail acharné que vous avez accompli ! J'espère que vous passerez tous un été merveilleux.

Anisa Nasser (elle/la), M.A.
University of British Columbia

Projecteur sur l'excellence : Conversations avec notre mentore de l'année

Félicitations à Angèle Jenkins qui a été nommée **la meilleure mentore pour l'année 2023-2024** ! Angèle a fait preuve de dévouement, de travail acharné et de persévérance tout au long de sa participation au Programme de mentorat étudiant de la SCP. Ci-dessous, elle partage son parcours et quelques mots de sagesse à d'autres qui envisagent de se joindre au programme de mentorat.

Qu'est-ce qui vous a motivée à vous joindre au Programme de mentorat étudiant de la SCP ?

J'ai toujours été quelqu'un qui utilise toutes les ressources disponibles, et lorsque j'ai découvert le programme de mentorat de l'ACP, j'ai su que c'était l'occasion idéale. J'avais de nombreuses questions sur les études supérieures, les cours de recherche et les cheminements de carrière, et je croyais que les conseils d'une personne qui avait déjà été dans ma situation seraient inestimables.

Quel a été l'impact de votre mentore sur votre développement personnel et professionnel ?

Ma mentore a été une source constante de réconfort pour mes préoccupations académiques. Personnellement, elle m'a aidé à comprendre l'importance de l'équilibre et de la prise en charge de soi tout en poursuivant l'excellence académique. Ses conseils ont fait une différence significative dans ma façon d'aborder les défis et les opportunités.

Pouvez-vous nous faire part d'une expérience spécifique ou d'une leçon apprise dans le cadre de ce mentorat qui vous a été particulièrement précieuse ?

Ma mentore m'a fourni des listes détaillées sur la manière de postuler à une école supérieure, m'a appris à affiner mon CV et m'a montré comment rédiger des courriels percutants. Ces compétences ont renforcé ma confiance en matière de communication professionnelle. En outre, elle a insisté sur l'importance de prendre son temps dans les études et les carrières, encourageant l'exploration et l'épanouissement personnel comme éléments clés de la réussite.

Quels conseils donneriez-vous à d'autres étudiants qui envisagent de participer à un programme de mentorat ?

Préparez-vous aux réunions avec des questions écrites et un esprit ouvert. Engagez-vous activement et prenez l'initiative d'apprendre. N'oubliez pas que votre mentor s'est posé un jour les mêmes questions que vous, et que son point de vue peut être incroyablement instructif.

Comment la participation à ce programme a-t-elle influencé vos objectifs de carrière ou vos aspirations ?

La participation à ce programme m'a fait prendre conscience des différentes voies que je peux emprunter. Elle a renforcé mon aspiration à poursuivre des études supérieures et m'a incité à explorer divers centres d'intérêt. Cette exploration a été transformatrice, enrichissant mon développement personnel et élargissant mes horizons professionnels en m'exposant à de nouvelles idées et possibilités.

Un grand merci à ma mentore pour toute l'aide qu'elle m'a apportée, et un remerciement sincère à la SCP pour cette formidable opportunité qui a eu un impact sur ma carrière de la meilleure façon possible.

Mise à jour:



Les étudiants peuvent désormais soumettre leur candidature !

Merci à tous pour votre travail acharné depuis le début de l'année ! Notes d'idées fait l'objet de nouvelles mises à jour et d'une restructuration, et nous remercions tout le monde pour sa patience pendant que nous nous organisons. Nous sommes en train d'examiner les articles qui nous ont été soumis cette année et nous accueillons volontiers de nouvelles soumissions. Notre objectif est de publier le prochain numéro conjointement avec le nouveau rédacteur en chef l'année prochaine. En attendant, consultez notre publication la plus récente qui sera bientôt disponible sur le site web de la SCP.

Qu'est-ce que Notes d'idées ?

Notes d'idées est le bulletin de psychologie canadien rédigé, édité et publié par des étudiants et géré par la section des étudiants en psychologie de la Société canadienne de psychologie. L'objectif de Mind Pad est de fournir une publication professionnelle écrite par et pour les étudiants qui pratiquent et étudient la psychologie au Canada. Tous les articles soumis à Notes d'idées sont évalués par un comité de rédaction composé d'étudiants en psychologie de premier et deuxième cycles. Ainsi, un deuxième objectif de Notes d'idées est d'offrir aux étudiants en psychologie l'opportunité d'expérimenter le processus formel de soumission et de publication, y compris la soumission de manuscrits, le processus d'évaluation par les pairs et la resoumission du point de vue de l'auteur et de l'évaluateur/rédacteur. Les soumissions sont examinées au fur et à mesure ! Pour plus d'informations sur Notes d'idées, sur le processus de publication dans Mind Pad et sur la manière de rejoindre notre comité de rédaction, veuillez consulter le site <https://cpa.ca/students/mindpad/> pour plus d'informations.

Vous pouvez consulter les éditions les plus récentes de Notes d'idées à l'adresse suivante :

<https://cpa.ca/students/mindpad/>

Que puis-je soumettre à Notes d'idées ?

Conformément à ces objectifs, Notes d'idées publie un large éventail de documents, y compris, mais sans s'y limiter :

- Résumés de recherches originales (cliniques ou fondamentales)
- Résumés de revues
- Articles sur les carrières en psychologie
- Commentaires sur les nouvelles tendances en psychologie ou dans la recherche en psychologie
- Commentaires sur la psychologie dans les médias
- Rapports sur les conférences ou les ateliers auxquels vous avez participé.

Comment soumettre une candidature à Notes d'idées ?

Notes d'idées accepte dès maintenant les soumissions pour son prochain numéro ! Les auteurs doivent être membres de l'ACP et les articles doivent comporter entre 800 et 2000 mots. Pour plus d'informations sur la soumission d'articles, cliquez sur ce lien : <https://cpa.ca/students/mindpad/editorialpolicy/>

Rencontrez l'équipe éditoriale de Notes d'idées 2023-2024

Rédacteur en chef :

Linnea F. Kalchos, University of British Columbia
(pastchair.cpastudentsection@gmail.com)

Rédacteurs associés :

Ben Johnson (Brock University)
Deziray De Sousa (Université du Québec à Montréal)
Emma Giberson (University of New Brunswick)
Spencer Arshinoff (York University)
Mackenzie Thomas (Concordia University of Edmonton)
Ratanak Ly (University of Prince Edward Island)

Examineurs:

Aleah Ross
Ashley Melvin
Bethany Nightingale
Chloé Cateaux
Corinne Nicol
Courtney Burnham
Jocelyn Brown
Jordan Pumphrey
Madi Waller
Maya Atlas
Taylor Anthony
Teija Yli-Renko
Vanessa Correia
Veronika Fendler-Janssen





Résultats des élections



Félicitations à nos nouveaux dirigeants ! Veuillez vous joindre à nous pour souhaiter la bienvenue :

Alzena Ilie
Président élu

Alexandra Brilz
Responsable de la communication

Chloé McLaughlin
Responsable des affaires francophones

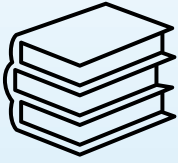
Noemie Viens
Responsable des affaires des étudiants diplômés

Karla Heisela Cubilla
Responsable des affaires des étudiants de premier cycle

Nous nous réjouissons de travailler avec vous !

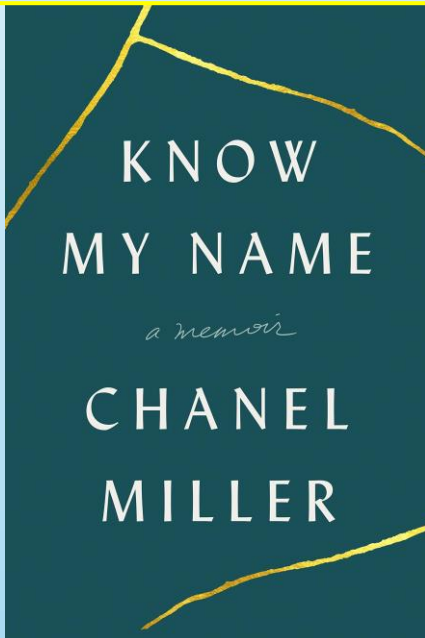
Merci à nos dirigeants sortants **Linnea Kalchos** (présidente sortante), **Juliana Khoury** (responsable des communications), **Nicole Lento** (responsable des affaires étudiantes de premier et deuxième cycles) et **Malika Desrosiers** (responsable des affaires francophones) pour leurs incroyables services ! Vous nous manquerez et nous vous souhaitons bonne chance dans tous vos projets futurs !





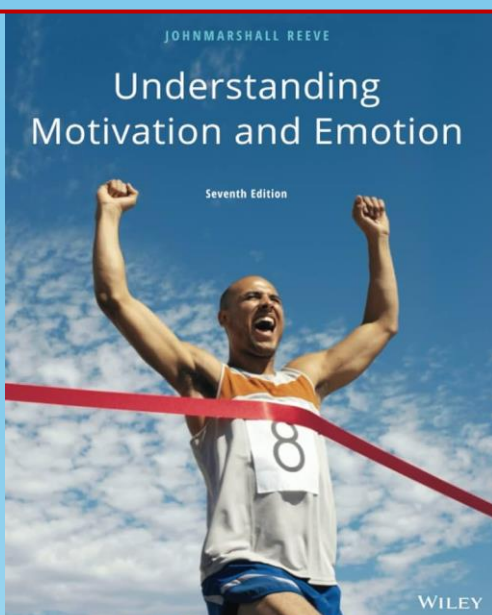
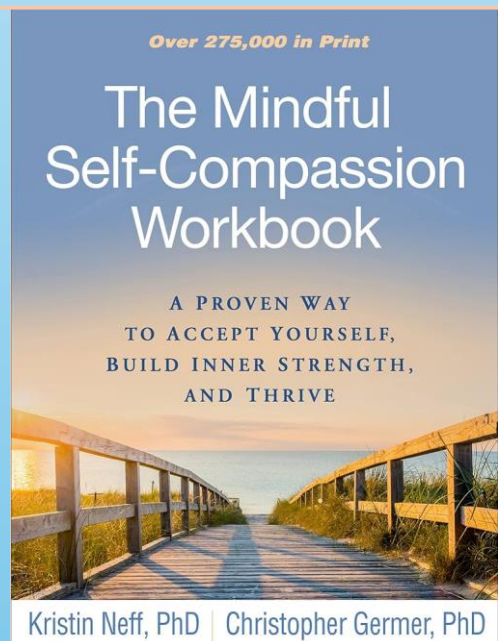
Livres du mois

Envie de lire des ouvrages de psychologie qui ne soient pas des travaux scolaires ? Consultez ces recommandations de l'exécutif !



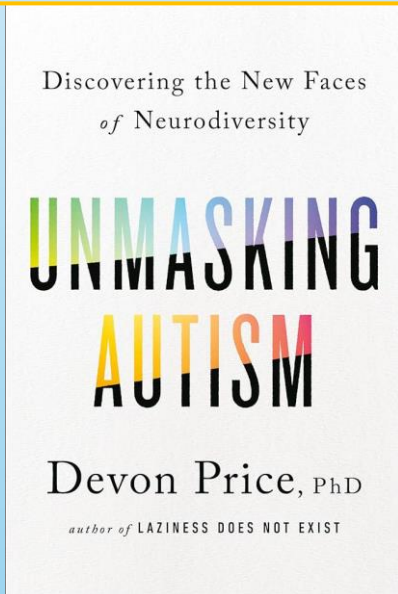
“Know my Name” par Chanel Miller

“The Mindful Self-Compassion Workbook: A Proven Way to Accept Yourself, Build Inner Strength, and Thrive” par Kristin Neff et Christopher Germer



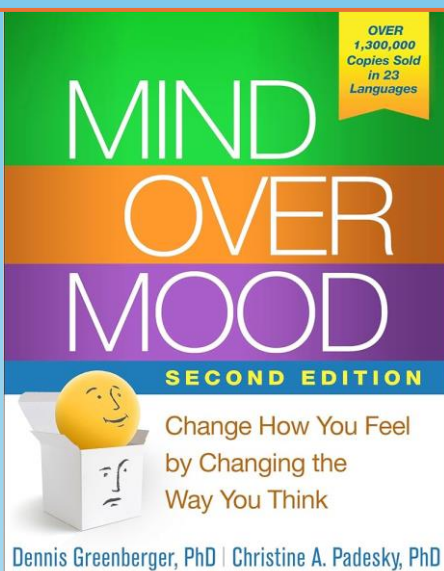
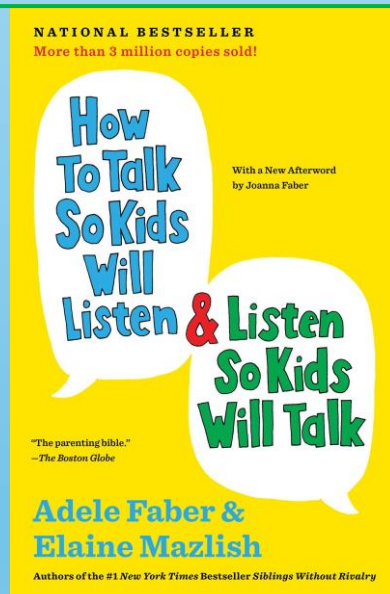
“Understanding Motivation and Emotion” par Jonmarshall Reeve

“Getting Uncomfortable with Uncertainty for Teens” par Juliana Negreiros et Katherine Martinez



“Unmasking Autism” par Devon Price

“How to Talk so Kids will Listen & Listen so Kids will Talk” par Adele Faber et Elaine Mazlish



“Mind Over Mood: Change How You Feel by Changing the Way You Think” par Dennis Greenberger et Christine A Padesky

Restez en contact : Suivez-nous sur les médias sociaux !



<https://cpa.ca/students>



@cpa_students

@CPAStudentsJEDI



[https://www.facebook.com/
CPASectionForStudents](https://www.facebook.com/CPASectionForStudents)