



Par Marie-Chantale Brien, M.D.

Directrice, intervention  
prévention et recherche,  
PAMQ

## Médecins-conseils

# DES COLLÈGUES DÉVOUÉS ET DE CONFIANCE

Qui d'autre qu'un médecin est mieux placé pour accompagner un autre médecin aux prises avec des difficultés ? C'est le principe même de l'approche de soutien par les pairs retenue dès la fondation du Programme d'aide aux médecins du Québec. Tour d'horizon d'un rôle essentiel.

**Votre équipe fait face à une situation de crise ? Un ou des médecins-conseils vous guideront pour une intervention rapide afin de soutenir les personnes concernées et favoriser un fonctionnement optimal dans les plus brefs délais.**

Lorsqu'on traverse une période difficile, qu'on fait face à une situation hors du commun, jusqu'à en perdre ses repères et à éprouver un sentiment de grande vulnérabilité, il est tout à fait légitime et nécessaire de ressentir le besoin d'en parler, de tenter d'y voir plus clair. La question se pose : à qui faire confiance ?

Pour en arriver à se confier, il faut d'abord et avant tout se sentir pleinement en sécurité avec la personne qui se trouve devant nous. Un climat de totale complicité, propice à des échanges en l'absence de tout jugement, en toute confidentialité, est essentiel. Être en présence d'un professionnel qui saura faire preuve d'écoute et de bienveillance fera toute la différence.

Agir concrètement dans la vie de leurs pairs, c'est notamment ce qui motive les médecins qui choisissent d'endosser le rôle d'intervenant pour le compte du PAMQ. Tous ont à cœur la santé de leurs collègues pour une pratique durable de la médecine et pour le bénéfice de tous.

### Écoute et bienveillance sont au rendez-vous

Que vous cherchiez de l'aide pour vous-même, un collègue ou votre équipe, les médecins-conseils possèdent l'expertise nécessaire pour vous aider. Ils s'informent de vos difficultés et de vos besoins et font le point avec vous. Ils vous accompagnent dans la recherche de solutions et, selon la situation, vous orientent vers les bons professionnels, qu'il s'agisse d'un psychologue, d'un avocat, d'un médiateur, d'un conseiller financier ou autre. Ils sont également prêts à conseiller et à outiller toute personne souhaitant venir en aide à un proche médecin, que ce soit un collègue, un ami ou un membre de la famille.

Votre équipe fait face à une situation de crise ? Un ou des médecins-conseils vous guideront pour une intervention rapide afin de soutenir les personnes concernées et favoriser un fonctionnement optimal dans les plus brefs délais.

### Au-delà du soutien-conseil, la prévention et la recherche

Les médecins-conseils n'hésitent pas à partager leurs connaissances dans une perspective de prévention pour favoriser et maintenir des environnements de travail sains et harmonieux. Passionnés des bonnes pratiques en santé des médecins, ils y contribuent par des activités de formation et des conférences, qui sont au cœur des priorités du PAMQ.

Qui plus est, les médecins-conseils sont constamment à l'affût des plus récentes découvertes et de l'avancement des connaissances concernant la santé et le bien-être psychologique des médecins, un incontournable pour s'assurer de la pertinence et de l'efficacité de leurs actions.

#### Qui sont les médecins-conseils ?

Le PAMQ compte une équipe d'intervenants constituée de 13 médecins-conseils. Ils ont tous commencé leur carrière comme médecin de famille ou spécialiste. Ils ont à leur actif un minimum de dix années d'expérience sur le terrain à titre de cliniciens. C'est dire à quel point ils ont acquis une connaissance approfondie du système de santé vu de l'intérieur, de la culture médicale, du parcours académique et des divers milieux de pratique. Ils sont donc en mesure de bien comprendre les diverses facettes des problématiques auxquelles peuvent être confrontés leurs collègues médecins et, surtout, de proposer des solutions réalistes.

Avant de se joindre à l'équipe d'intervenants du PAMQ, ils ont consacré le temps nécessaire pour se familiariser avec toutes les dimensions de la santé des médecins, y compris :

- les risques psychosociaux rattachés à la profession
- les structures universitaires et organisationnelles de la santé au Québec
- les aspects déontologiques et médico-légaux de la profession
- les stratégies pour gérer le stress lié à la pratique
- les principes de la résilience basés sur la recherche en neuroscience
- les interventions optimales pour rétablir le fonctionnement professionnel d'un médecin

Surtout, nos médecins-conseils sont reconnus pour leurs qualités humaines, leur capacité à faire preuve d'ouverture et de bienveillance. Dans le contexte d'une relation d'aide, ils sont portés par une seule ambition, travailler dans l'intérêt de la personne devant eux, en toute objectivité, sans jugement. Chaque fois qu'un collègue médecin s'oriente vers un rétablissement à la suite d'un accompagnement de leur part, c'est une victoire à leurs yeux.



**Nos médecins-conseils  
sont reconnus  
pour leurs qualités  
humaines,  
leur capacité à faire  
preuve d'ouverture et  
de bienveillance.**