



Canadian Mental
Health Association
Mental health for all

Association canadienne
pour la santé mentale
La santé mentale pour tous



years of
community
ans de
communauté

Formation Pair-aidance sur le campus – Exigences du programme

Ce programme de formation a été conçu pour vous faire découvrir, par différents moyens, le rôle de paire-aidante ou pair-aidant, et pour vous permettre de renforcer vos compétences et votre confiance, en vue d'offrir votre soutien à la communauté étudiante.

Pour réussir ce programme, vous devez :

- participer à **l'ensemble** des séances en direct;
- prendre part à **l'une** des offres de services de pair-aidance proposées par l'ACSM;
- envoyer **un enregistrement** de vous en train de tenir une courte discussion de pair-aidance;
- publier au moins **une réflexion** relative à une activité d'apprentissage autodirigée dans la communauté de pratique nationale.

Voici quelques précisions sur chacune de ces exigences :

Séances en direct

C'est à cette occasion que vous apprendrez ce que cela signifie de soutenir d'autres personnes étudiantes et que vous mettrez vos acquis en pratique. Ces séances vous permettront de réfléchir, de discuter et de faire le point sur vos compétences.

Dans le cas où vous ne pourriez pas assister à une séance, en tout ou en partie, vous devrez alors effectuer les activités d'apprentissage autodirigées et convenir d'un moment pour en discuter avec votre superviseure ou superviseur.

Participation aux services de l'ACSM

Cette exigence vise à vous permettre de participer à une activité de pair-aidance encadrée par une personne ayant de l'expérience. Vous pourrez ainsi observer le déroulement des séances et la manière dont différentes situations sont abordées.

Vous pouvez choisir une activité qui convient à votre emploi du temps.

Prévenez simplement le personnel de votre ACSM locale afin de prévoir un bref entretien après la séance de pair-aidance.

Enfin, partagez une courte réflexion sur cette expérience avec votre communauté de pratique locale.

Pour plus de renseignements, consultez l'activité sur la participation aux services de l'ACSM (*CMHA service offering participation*) du SGA.

Enregistrement de conversations

Cette exigence vise à vous exercer à mener une conversation de pair-aidance **avant** de vous lancer dans le soutien individuel auprès de la communauté étudiante.

La conversation doit durer de **10 à 20 minutes**, avec une amie ou un ami ou avec un-e participant-e à la formation en pair-aidance qui souhaite partager son vécu.

Une fois la conversation terminée, vous devrez téléverser l'enregistrement sur le SGA. Le personnel de l'ACSM vous fera ensuite part de ses commentaires.

Pour plus de renseignements, veuillez consulter l'activité sur la conversation de pair-aidance (*Peer Support Conversation*) du SGA.

Réflexion sur une activité d'apprentissage

Cette activité vise à vous faire réfléchir individuellement sur vos progrès à partir des activités d'apprentissage autodirigées du SGA que vous avez réalisées.

De plus, la publication de votre réflexion sur la **communauté de pratique nationale** vous permettra de découvrir ce que les autres participant-es à travers le pays ont appris grâce à ce programme.

Cette démarche peut être menée à tout moment durant votre parcours de pair-aidance.

Vous devez mentionner dans votre réflexion quelle activité autodirigée vous avez réalisée, ce que vous avez appris, et comment vous appliquerez vos apprentissages dans votre rôle de paire aidante ou pair aidant.