

## 11 SECRETS POUR REUSSIR SON INTERNAT

**Bonjour tout le monde, aux portes de la fin de mon Internat, je voulais faire une synthèse des choses indispensables au bon déroulement des stages, bien sure cela est basé sur mon expérience personnelle :**

**1-** Savoir que tous les debuts sont difficiles, generalement quand on rentre pour la premiere fois dans un service on apprehende, c'est le premier contact.

Secret: Restez confiants, se dire qu'on va surement finir par nous habituer et nous faire au service, il faut partir de l'idee que temps qu'on est Interne dans ce service, on fait partie de l'equipe cela nous mettera a l'aise.

**2-** Prenez votre temps pour connaitre vos collegues, surtout Resident(e)s : ne vous precipitez pas, ne portez pas de jugement trop tot, car vous pouvez vous tromper, sachez qu'au debut les resident(e)s ne vous connaissent pas, generalement vous etes testés ou mis a l'epreuve !

Secret : Agissez d'une maniere futée, montrez que vous etes bons dans ce que vous faites, un bon contact suffit a faire que les choses aillent bien, posez des questions, soyez a l'aise !

**3-** Premiere garde: Vous avez peur, peur de ne pas pouvoir gerer la garde, de vous trouver devant un probleme que vous ne pouvez pas resoudre, que vos connaissances vous trompent

Secret : Ne vous inquietez surtout pas, vos connaissances vous reviendront, sachez que vous n'etes pas seuls, qu'en cas de doute, vous etes epaulés de vos collegues Residents majeurs et mineurs, sachez que les situations que vous ignorez aujourd'hui vous seront familiares demain !

**4-** Vous etes dans le service, vous ne savez pas quoi faire, quel est votre role, vous vous posez pleins de questions ?

Secret: Discutez avec vos ainés, interrogez les sur le deroulement du

travail au sein du service, observez, prenez des initiatives, car cela est toujours benefiques, adoptez les taches propres a tout medecin, discutez entre Internes, repartissez les Lits ou les Malades entre vous, le fait d'avoir des patients stimulera votre assiduité, vous ne pouvez que etre serieux !

**5-** Vous etes Internes, on vous demande de faire beaucoup de choses, vous trouvez que c'est un peu trop, ce n'est pas grave.

Secret: dites vous que cette situation ne va pas eternellement duré, que vos ainés sont aussi passés par la, acceptez de faire les choses, mettez vous dans la tete que vous etes entrain d'apprendre, que ce qu'on peut mepriser peut nous apporter quelque chose, le minimum est accepté comme gain, refusez de faire des taches qui vous semblent incommodés, mais toujours avec diplomatie: ( Exemple: je ne pense pas qu'un medecin est indispensable dans telle ou telle situation )

**6-** Rendez vos evacuations plus enrichissantes !

Secret: presque tous les Internes detestent les evacuations, c'est une perte de temps, c'est penible !

Ne vous inquietez pas, on part de l'idée que toutes les situations sont benefiques, donc, si tu as une evacuation, prend le temps de connaitre bien ton malade, de connaitre sa maladie, de voir la place de cette evacuation dans son cas : exemple: l'importance de l'examen que le patient va faire, l'importance de l'avis que vous allez prendre, sachez que durant une evacuation vous allez apprendre a avoir un contact plus etroit avec les confreres, vous allez apprendre a discuter des cas, vous allez etre mouillés on va vous poser pleins de questions, vous devez repondre et vous allez apprendre et gagner d'avantage confiance en vous et c'est tres important !

**7-** Un malentendu avec un Resident?

Secret: Cela est naturel, toutes les relations humaines sont sujettes a ce genre de situation, il faut avoir une certaine maturité, d'abord savoir que

les autres ne nous ressemblent pas, que leurs façons de voir les choses, leurs réactions sont différentes de la notre, que ce qui est anodin pour nous ne l'est pas toujours pour l'autre, s'il y a un malentendu, n'aggravez pas la situation, soyez diplomates, ne manquez jamais de respects à vos aînés, discutez les choses, ne vous laissez pas cependant effacer, vous pouvez avoir tort certes, mais vous pouvez aussi avoir raison ! Acceptez les critiques, car ils peuvent contribuer à vous rendre meilleurs !

**Conclusion:** l'Internat, est une expérience enrichissante sur le plan humain, personnel, on apprend en dehors de la médecine, pleins de choses qui contribuent à nous changer, on s'améliore, on devient meilleurs !

**8-** Un Resident qui a un caractère difficile, vous le trouvez incompatible avec vous, que faire ?

Secret: Travaillez correctement, la correction, le sérieux, apportent beaucoup pour les deux !

**9-** Le personnel paramédical, la surveillante médicale, le pharmacien, l'agent, la femme de ménage, tout le personnel ?

Secret: soyez humbles, toujours correctes, ne faites jamais un travail qui n'est pas le votre, ayez de bonnes relations avec tout le personnel, vous allez avoir affaire à des personnes plus âgées que vous, ayant consommé plusieurs années de travail, vous allez peut être apprendre des choses en sachant les côtoyer !

**10-** Le Savoir ?

Secret: là où il y a le savoir soyez là !

**11-** Et les Malades?

Secret: Donnez le maximum, Dieu vous le rendra !