

étudier la psychologie

doit-on beaucoup travailler en psychologie? comment choisir ses cours? comment se préparer aux examens? vous vous êtes décidé à entamer des études en psychologie et plusieurs questions se bousculent dans votre esprit... vous trouverez ici des conseils pratiques qui vous aideront à faire vos premiers pas d'étudiant.

| le savoir vivant |

je commence L'UNIL: comment m'y retrouver?

L'UNIL propose diverses prestations aux nouveaux étudiants:

- * **Journée d'accueil**
Vendredi précédant la rentrée du semestre d'automne. Informations envoyées à chaque nouvel étudiant.
Présentation des services de l'UNIL et des associations d'étudiants.
- * **Cours d'introduction aux études universitaires**
Semaine précédant la rentrée. Informations envoyées à chaque nouvel étudiant.
Comment prendre des notes efficaces, mémoriser ou préparer des examens.
- * **Guide pratique**
Edité par le service des affaires socio-culturelles, il offre une quantité d'informations utiles sur le logement, les bourses, les différents services aux étudiants et doctorants. Consultez également la rubrique «futurs étudiants» du site central.
▷ www.unil.ch/bienvenue

A ne pas manquer:

- * **Séance d'information de la Faculté**
Après-midi de la Journée d'accueil (vendredi précédant la rentrée du semestre d'automne).
Présentation de la Faculté et informations pratiques pour vous aider à planifier vos études.
- * **Séance d'information par filière**
Après-midi de la Journée d'accueil.
- * **Séance de présentation des mineures**
Après-midi de la Journée d'accueil.

comment choisir ma mineure?

A quoi sert la mineure?

La mineure doit vous permettre d'élargir votre formation principale par l'acquisition de connaissances dans une discipline voisine. C'est cependant la majeure qui reste dominante et garde un rôle prépondérant. Le choix de la mineure peut en revanche faciliter une éventuelle réorientation. Pour bien choisir, tenez compte des débouchés envisageables aussi bien que de vos intérêts personnels.

Mineure et accès à la Maîtrise universitaire

Avec un Baccalauréat universitaire en psychologie, toutes les options des Maîtrises universitaires en psychologie de l'Université de Lausanne et des universités romandes vous sont ouvertes, quelle que soit votre mineure. Le choix de la mineure ne conditionne donc pas votre future spécialisation. L'accès à des Maîtrises relevant d'autres disciplines peut par contre être facilité si vous avez étudié la mineure correspondante.

Et si je change d'avis...

Il est possible de changer de mineure dans les premières semaines suivant la rentrée, mais n'oubliez pas que vous devrez rattraper les cours manqués en début de semestre! D'une manière générale, il vaut mieux ne pas abuser des possibilités de changement. Précisez suffisamment tôt votre projet d'études et consultez les programmes des mineures pour vérifier qu'elles correspondent bien à vos attentes.

Pour toute question sur les débouchés, adressez-vous au Service d'orientation et conseil ou à votre conseillère aux études.



Les études en psychologie, c'est...

- * environ **550** étudiants en Bachelor en 2010;
- * une moyenne de **20 heures** d'enseignement par semaine en 1^{er} année (cours, TP) réparties sur 5 jours.
- * beaucoup de **travail personnel**: lectures, travaux écrits à rendre au cours de l'année;
- * un **enseignement multidisciplinaire**: des disciplines d'autres facultés ou filières SSP sont proposées dans les enseignements à choix ou comme mineures;
- * une **formation théorique et méthodologique** qui introduit aux grands courants de la psychologie.

▷ www.unil.ch/ssp

problèmes d'horaire

Vous risquez de vous trouver confrontés à des chevauchements d'horaires, surtout si vous choisissez une mineure hors faculté. Vous serez obligés d'en tenir compte dans le choix de vos cours. Le problème principal risque de se poser lors des examens, car il n'y a pas de coordination entre les différentes facultés. Il est donc conseillé de s'inscrire pour les examens d'une seule faculté par session.

En cas de problème, n'hésitez pas à vous adresser à votre conseillère aux études.

Les sciences en psychologie

Statistiques, biologie, méthodologie... autant de cours qui effraient parfois les étudiants ayant de mauvais souvenirs de leurs cours de sciences du gymnase. Pourtant, dans le cadre des études en psychologie, les enseignements de ce type sont orientés différemment du gymnase, les statistiques et autres méthodes scientifiques étant appliquées aux sciences sociales. Par conséquent, vous pouvez très bien réussir en psychologie même si vous avez rencontré des difficultés dans les branches scientifiques au gymnase.

Ne partez pas du principe que vous êtes mauvais et que vous n'y arriverez pas. Avec du travail, il y a toujours moyen de progresser. Posez des questions aux professeurs, demandez-leur ce que vous pouvez faire pour vous améliorer. Profitez des TP pour mettre en pratique ce que vous avez appris et comprendre la matière en contexte. Surtout, travaillez régulièrement dès le début des cours pour éviter de perdre le fil.

qu'est-ce que l'année propédeutique?

La 1^{re} année, ou année propédeutique, vise à l'acquisition des connaissances de base en psychologie et d'un certain nombre d'outils méthodologiques (statistiques, etc.). La deuxième partie du Baccalauréat universitaire (2^e et 3^e années) permet d'approfondir et d'élargir ces connaissances, grâce à un choix de cours plus large. Toutefois, il ne s'agit pas encore d'une étape de spécialisation; celle-ci n'intervient qu'au niveau de la Maîtrise.

L'association des étudiant-e-s en sciences sociales et politiques

L'AEESP, dont tous les étudiants en SSP sont automatiquement membres, s'engage afin d'améliorer les conditions d'études et de faciliter la vie pratique des étudiants. Elle vous apporte une aide permanente par e-mail, organise le parrainage des nouveaux étudiants ainsi que diverses manifestations (bourse aux livres, fêtes), met à disposition des anciennes questions d'examens, propose des tutorats d'aide aux nouveaux étudiants (prise de note, dissertation, etc.) et représente les intérêts estudiantins dans les commissions et conseils de la Faculté.

▷ www.unil.ch/aessp

Améliorer ses travaux écrits

Si vous ne vous sentez pas très à l'aise dans votre expression écrite, profitez du séminaire «Ecrits académiques» proposé par l'Ecole de français langue étrangère et ouvert à tous:

▷ www.unil.ch/fle

je ne suis pas francophone...

Vous êtes tessinois, alémanique ou venez de l'étranger et ne parlez pas encore très bien le français? N'hésitez pas à le signaler à vos enseignants et indiquez sur votre copie d'examen que vous n'êtes pas de langue maternelle française.

Un niveau B2 minimum en français (niveaux de référence du Conseil de l'Europe) est recommandé pour mener à bien des études dans de bonnes conditions.

du point de vue des profs...

prof. C. Brandner, méthodologie en psychologie

Etudier la psychologie? C'est avant tout garder un esprit ouvert, généreux, curieux, objectif et participatif. Ces qualités se développent ou s'entretiennent par l'utilisation de toutes les ressources offertes aux étudiants (bibliothèque, banques de données, salles informatiques, séminaires, conférences, cours, conseils, services).

étudiant-e-s en psychologie de Lausanne (EPSYL)

L'EPSYL est affiliée à l'AEESP et participe aux réunions de PsyCH qui est l'association des étudiants en psychologie de Suisse. L'Association propose diverses activités visant à faciliter la vie des étudiantes et étudiants en psychologie: échanges d'information concernant les études, développement d'une plate-forme de stages, organisations d'événements, etc.

▷ epsyl@unil.ch

tout savoir sur les examens

Attention aux rumeurs sur les taux d'échec. Si on peut estimer à environ un tiers le taux d'échec en 1^{re} année de SSP (pourcentage établi entre ceux qui réussissent leurs examens par rapport à ceux qui se sont inscrits en 1^{re} année), il faut noter que ces données prennent en compte les étudiants qui abandonnent en cours d'année et qui ne se présentent pas aux examens. De plus, ce taux peut varier de manière significative d'une année et d'une filière à l'autre. On observe également des différences entre les étudiants qui décident de fractionner leurs examens et ceux qui préfèrent tout présenter d'un bloc. Ces chiffres doivent donc être traités avec prudence. Une chose est sûre toutefois: il n'y a pas de sélection pré-programmée.

Pour de plus amples informations sur les examens, consultez attentivement le plan d'études du Baccalauréat universitaire en psychologie, le Règlement de faculté ainsi que le Règlement sur le Baccalauréat universitaire. En cas d'incompréhension, adressez-vous à votre conseillère aux études.

réussir ses études

Le passage du gymnase à l'université représente un saut important et il est tout à fait normal d'être un peu perdu au début de ses études. Ci-dessous quelques conseils pour doper vos chances de succès:

- * Planifiez votre travail: contrairement au gymnase où l'unité de travail est la semaine, voire le mois, les études universitaires s'organisent semestriellement et quelquefois annuellement.
- * Travaillez et révisez vos notes régulièrement. En tant qu'étudiant en psychologie, vous serez soumis à très peu d'évaluations au cours du semestre, à vous de faire preuve de motivation et d'autodiscipline. Ne vous laissez pas déborder par la masse de travail et pensez à assimiler progressivement la matière.
- * Lisez les livres conseillés au fur et à mesure pour prendre le temps d'y réfléchir et d'établir des liens avec la matière traitée aux cours. Il est conseillé de rédiger des fiches de résumé, qui ne se perdent pas dans les détails mais qui synthétisent les points essentiels. Attention, chaque livre doit être traité différemment: les objectifs de lecture ne sont pas les mêmes suivant la nature de l'ouvrage.
- * Utilisez des méthodes de travail actives: discutez, travaillez en groupe pour échanger vos points de vue, vos questions. Sollicitez les conseils des étudiants avancés, assistants ou professeurs, soyez curieux.
- * Essayez de vous fixer des objectifs de formation et professionnels réalistes et motivants, qui tiennent compte de vos intérêts et capacités.
- * Intégrez-vous à la vie de l'UNIL en profitant des nombreux services qu'elle vous offre: associations d'étudiants, sport, activités culturelles ou religieuses, sont autant d'occasions d'enrichir votre parcours tout en développant vos intérêts. La presse universitaire («Uniscope», «L'Auditoire», «Allez savoir», le site central de l'UNIL) vous tiendra informé des manifestations organisées sur le site.

quelques conseils pratiques pour bien démarrer

Achat de livres:

Vers la 3^e semaine de la rentrée, l'AESSP (l'Association des étudiant-e-s en SSP) organise une bourse aux livres de seconde main. Soyez également attentifs aux petites annonces qui couvrent les murs de l'Anthropole.

Bibliothèque cantonale universitaire (BCU):

Vous ne pourrez vous en passer durant vos études, il est donc indispensable de savoir comment vous y retrouver. La BCU propose aux étudiants des cours d'introduction à la recherche documentaire.

Renseignements et catalogue de la BCU:

▷ www.unil.ch/bcu

Informatique:

Vous trouverez des bornes d'accès à Internet à l'Anthropole. Il y a également des salles d'informatique aux 4^e et 5^e étages de l'Anthropole où vous pourrez écrire vos rapports de séminaires, travailler sur Excel, naviguer sur Internet, etc.

Il est indispensable que vous activiez rapidement l'accès personnel que le Centre informatique fournit à chaque étudiant. En SSP, de nombreuses démarches se font uniquement par Internet: inscriptions aux enseignements et aux examens, suivi de son dossier administratif, stockage de fichiers, etc. C'est aussi ainsi que sont transmises la majorité des informations.

Le Centre informatique propose aux étudiants des logiciels à télécharger ainsi que des cours gratuits sur l'utilisation de logiciels de bureautique, des ressources informatiques de l'UNIL et de l'Internet.

▷ www.unil.ch/ci

si vous avez des doutes...

Vous pouvez demander à changer de faculté jusqu'au **30 septembre 2011** (sauf pour médecine et sciences du sport), sous réserve de remplir les conditions d'inscription de la nouvelle faculté. Formulaire à remplir sur le site web du Service des immatriculations: www.unil.ch/immat > Formulaire > Demande de transfert de faculté.

Si vous hésitez à changer d'orientation, venez en discuter dans les permanences du Service d'orientation et conseil.

Vous pouvez aussi prendre rendez-vous avec un conseiller en orientation en cas de difficultés d'adaptation à la vie universitaire, ou de problèmes de méthodes de travail.

▷ www.unil.ch/soc



partir en séjour mobilité...?

Les étudiants en psychologie ont la possibilité de suivre un ou deux semestres d'études dans une autre université, en Suisse ou à l'étranger, au cours de la 3^e année du Baccalauréat universitaire. Une séance d'information est organisée chaque année peu après le début de la rentrée d'automne pour les étudiants SSP (tous les étudiants en sont informés par e-mail).

La préparation et l'organisation des séjours de mobilité doivent se faire dès l'automne précédant l'année académique durant laquelle l'étudiant souhaite partir en échange, en fonction de la destination choisie et des délais de postulation. Durant le séjour de mobilité, l'étudiant reste immatriculé à l'UNIL et reçoit un soutien financier. Les enseignements suivis dans l'université d'accueil et sanctionnés positivement sont en principe reconnus par des équivalences dans les plans d'études en cours.

Ces séjours sont extrêmement enrichissants, tant sur le plan des études que sur le plan personnel: c'est l'occasion de s'ouvrir à d'autres méthodes d'enseignement et de recherche, d'approfondir ses connaissances linguistiques, de développer sa capacité d'adaptation - des compétences appréciées sur le marché de l'emploi!

Toutes les informations sur les programmes d'échange de l'UNIL:

▷ www.unil.ch/echanges

est-il possible de travailler à côté des études?

La plupart des étudiants en psychologie trouvent du temps pour travailler à côté de leurs études: petits boulots occasionnels, cours privés, remplacements, stages, etc. Profitez de ce type d'expériences pour vous familiariser avec le monde du travail, mettre en pratique vos connaissances et compétences, tisser un réseau de relations et expérimenter un domaine professionnel.

Soyez cependant attentifs aux points suivants:

- * Vous aurez environ 20 heures d'enseignements par semaine, réparties du matin au soir et sur les 5 jours de la semaine. Vous disposez d'une certaine liberté dans la planification de votre horaire mais il n'est pas facile de laisser libres des journées entières, voire des demi-journées.
- * Votre horaire définitif sera fixé aux alentours de la 3^e semaine, lorsque tous vos choix de cours seront arrêtés.
- * La charge de travail personnel est assez élevée: lectures, préparation d'examens, etc. Un crédit correspond environ à 25 à 30 heures de travail. En règle générale, pour un cours de 2 heures académiques, on attend de l'étudiant qu'il travaille le même nombre d'heures en dehors du cours.
- * Les exigences se répartissent au cours de l'année de manière plutôt irrégulière. C'est donc à l'étudiant de s'organiser, gérer son emploi du temps, se fixer des objectifs pour réussir à équilibrer travail académique et activités extra-universitaires.
- * A savoir: les étudiants qui ont des problèmes de santé ou des charges familiales ou professionnelles importantes peuvent d'emblée demander un étalement de leur durée d'études. La demande doit être adressée à la conseillère aux études avant le début de la première année.

Le Service des affaires socio-culturelles diffuse en ligne des annonces de jobs pour étudiants:

▷ www.unil.ch/sasc

Le point de vue de...

ophélie, étudiante de 1^{re} année

Pourquoi as-tu choisi d'étudier la psychologie?

J'avais choisi psychologie et philosophie au gymnase, j'ai donc eu envie de continuer dans cette voie-là: tout ce qui touche aux sciences sociales, à la réflexion sur l'être humain, à sa compréhension m'intéresse beaucoup.

Comment s'est déroulée ta première semaine?

Ça s'est bien passé! Le plus dur au début est de trouver les auditoires, de se repérer dans le bâtiment. Sinon, en psychologie, il y a beaucoup de branches obligatoires, donc on ne se pose pas trop de questions sur quels cours choisir. On rentre finalement assez vite dans une routine: aller aux cours, aux travaux pratiques, prendre des notes, etc.

En quoi consiste la 1^{re} année de psychologie?

Ce qui m'a beaucoup surpris c'est le côté très scientifique de cette année, entre les statistiques, la méthodologie, la neurobiologie... Ce sont bien sûr des bases que nous sommes obligés d'acquérir. C'est essentiel de savoir comment procéder à une recherche d'un point de vue scientifique. Ça amène aussi à avoir un esprit critique!

Des conseils à un étudiant débutant?

Il faut travailler régulièrement et dès le début de l'année. Même si on a l'impression que c'est beaucoup trop tôt, que ça ne sert à rien ou encore qu'on ne sait pas où on va... C'est vraiment essentiel de lire les livres obligatoires le plus vite possible: ils permettent d'accéder à une autre manière d'expliquer un sujet et d'avoir une vision globale du cours, même si celui-ci reste très important!

comment devient-on psychothérapeute?

Les études universitaires ne forment pas directement à la psychothérapie. Pour obtenir un titre de spécialisation en psychothérapie FSP, il faut avoir une Maîtrise universitaire en psychologie et suivre une formation postgraduée de 4 ans minimum (au moins 1200 heures) dans une orientation reconnue par la FSP. De plus, un stage pratique d'une année au moins dans un établissement psychiatrique est exigé.

Dans le canton de Vaud, seuls les psychologues ayant obtenu une autorisation cantonale de pratiquer la psychothérapie ont le droit de s'intituler psychothérapeutes et d'exercer sous ce titre.

nouvelle loi sur la psychologie

Une Loi fédérale sur les professions de la psychologie (LPsy) a été adoptée par le conseil national en mars 2011. Cette nouvelle loi, qui devrait entrer en vigueur en 2013, prévoit des conditions-cadre claires et unifiées pour l'exercice des professions de la psychologie dans toute la Suisse. Elle garantira par ailleurs une protection du titre de psychologue, puisque seuls les prestataires de services psychologiques possédant un diplôme de fin d'études reconnu d'une université, soit un Master en psychologie, auront le droit de porter le titre de psychologue.

▷ Fédération suisse des psychologues:
www.psychologie.ch

▷ Association vaudoise des psychologues:
www.psy-vd.ch

si vous souhaitez enseigner...

La Maîtrise ès Sciences en psychologie est reconnue pour l'admission à la Haute école pédagogique du canton de Vaud. Les postes d'enseignement de la psychologie étant peu nombreux, le choix d'une 2^e discipline enseignable (par ex. une mineure en Faculté des lettres) est toutefois recommandé pour maximiser les chances de trouver un emploi.

Les gradués souhaitant enseigner la psychologie dans les établissements secondaires vaudois de niveau secondaire II (gymnase) devront effectuer à la HEP un programme de 1 an après leur Maîtrise universitaire pour obtenir le MAS en enseignement pour le degré secondaire II. Un complément d'études est par ailleurs nécessaire pour pouvoir enseigner au niveau du secondaire II une discipline étudiée uniquement au niveau du Bachelor.

Informations complémentaires:

▷ www.hepl.ch

et après?

Les diplômés en psychologie ont la possibilité d'exercer des fonctions en lien avec leur formation dans divers secteurs d'activités: écoles, administrations publiques, institutions, services de santé, etc. En plus de développer des connaissances dans différents domaines de la psychologie, les études permettent d'acquérir des compétences méthodologiques, des capacités rédactionnelles ainsi qu'un esprit d'analyse et de synthèse, compétences très valorisées sur le marché de l'emploi.

comment étudier futé?

Les programmes d'études de 2^e cycle (Maîtrise universitaire/Master) permettront à l'étudiant en psychologie d'orienter sa formation dans le domaine qui l'intéresse (psychologie du développement, orientation scolaire et professionnelle, psychologie sociale, etc.) et de se construire ainsi un profil professionnel plus ou moins spécialisé. Sachez à ce propos que les étudiants ayant achevé leur Baccalauréat universitaire en psychologie dans une université romande ont la possibilité d'entreprendre une Maîtrise universitaire en psychologie dans n'importe laquelle de ces universités. Elles ont chacune des plans d'études spécifiques qui permettent aux étudiants de se constituer un profil de formation au plus près de leurs intérêts.

Le passage à l'emploi reste difficile pour les diplômés en psychologie. Il est donc vivement conseillé de préparer son projet professionnel pendant les études déjà. Voici divers conseils pour étoffer votre parcours:

- * **Établissez des liens entre votre formation et votre objectif professionnel.**
En choisissant un sujet de mémoire ou de recherche en relation avec votre projet, vous montrerez non seulement votre intérêt pour le domaine mais pourrez aussi attester de connaissances approfondies dans celui-ci. Essayez de combiner votre travail de recherche avec un travail de terrain (stage, enquête, entretiens, etc.).
- * **Faites des stages, des mandats, des remplacements.**
Les activités exercées en marge des études sont un excellent moyen de s'initier au monde du travail et de développer un réseau de contacts.
- * **Engagez-vous au niveau associatif (bénévolat), développez vos loisirs et passions.**
Une bonne façon d'acquérir des responsabilités et de développer ainsi des compétences transférables sur le marché de l'emploi. Un moyen aussi de personnaliser son parcours tout en faisant preuve d'ouverture d'esprit et de dynamisme.
- * **Développez vos compétences linguistiques et informatiques.**
Inutile de rappeler l'importance de celles-ci dans le monde du travail. Diverses possibilités s'offrent à vous: séjours mobilité, cours au Centre de langues et au Centre informatique de l'UNIL, etc.

Diverses prestations d'aide au passage à l'emploi sont proposées par le Service d'orientation et conseil: Permanences d'information sur les études et débouchés / Permanences emploi / Ateliers emploi / Programmes Unistages et Unimentorat / Conférences sur les débouchés.

▷ www.unil.ch/soc

pour aller plus loin...

Conseillère aux études en psychologie

Mme Evelynne Bovy Capitanio, Bureau 5182.2, Anthropole, tél. 021 692 32 91 - conseil.psychologie@unil.ch

Heures de réception: lundi de 10h à 12h30, mardi de 13h15 à 16h, jeudi de 13h à 15h et sur rendez-vous.

Informations sur l'organisation des études, la mobilité, les programmes de 3^e cycle.

Secrétariat des étudiants de la Faculté des sciences sociales et politiques

Mme Sarah Froidevaux, Bureau 2127, Anthropole, tél. 021 692 31 20

Ouvert lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 8h à 12h, mardi de 13h30 à 17h30.

Pour toute question d'ordre administratif (inscription aux cours, aux examens, etc.)

Association des étudiant-e-s en SSP (AESSP)

Bureau 4131, Anthropole, UNIL - aessp@unil.ch - www.unil.ch/aessp

Pour rencontrer des étudiants avancés et obtenir de l'aide et des conseils pour l'organisation de votre programme, les examens ou toute difficulté liée à vos études et votre vie à l'Université.

Service d'orientation et conseil

Unicentre, UNIL - tél. 021 692 21 30 - orientation@unil.ch - www.unil.ch/soc

Ouvert tous les jours de 10h à 16h. *Pour obtenir des informations et conseils sur les filières d'études et les débouchés professionnels.*

www.orientation.ch

Informations sur les formations et professions en Suisse.

Sous réserve de modifications. Seuls les textes réglementaires font foi.

Rédaction: Service d'orientation et conseil - Anne-Sylvie Diezi et Magali Monnier * Illustrations: Unicom

Réalisation et diffusion: Service d'orientation et conseil - Université de Lausanne * Juillet 2011

Pour des raisons de commodité de lecture, nous avons renoncé à féminiser les catégories de personnes. Merci de votre compréhension.