

Autointerview de Christophe



Qui es-tu et quel est ton parcours ?

Christophe, **en reprise d'études dans un projet de reconversion professionnelle** ; j'habite près de Bayonne, **je suis donc obligé de faire des allers-retours constants pour assister aux cours et aux TD et de plus, je travaille à plein temps** comme consultant en informatique depuis chez moi ou en Bureau virtuel depuis mon GSM et mon portable.

J'ai effectué ma licence entièrement à distance à Toulouse II Le Mirail où j'ai administré le site étudiant de [PsychoMirail](#) pendant 2 ans. **Je suis arrivé sur Bordeaux l'année dernière pour ma 1ère année de M1** car Toulouse II ne proposait pas d'enseignement à distance après la licence. J'ai fait le choix de venir à Bordeaux Segalen où **j'ai pu découvrir l'enseignement en présentiel ; je n'avais jamais suivi de cours à la FAC** et j'ai vécu une **année très difficile côté organisation** ; ayant prévu de **faire mon M1 sur 2 ans**, j'ai suivi les indications de Greg DECAMPS qui conseillait de faire autant d'heures de stages lors des 2 années de M1 ; j'ai donc trouvé deux stages conseillés en début d'année qui m'ont pris beaucoup de temps, temps que je n'ai pas eu pour pouvoir étudier et me délester des UE du S1 si bien que je n'ai pu finalement présenter ces UE ni en janvier ni au rattrapage du fait d'avoir à étudier les UE de mineure et majeure du second semestre, les seules que j'ai pu valider pour l'année. Je suis donc reparti pour une "année marathon"; je reste très motivé ; **que le corps ne me lâche pas c'est tout ce que je demande :-)**

Pourquoi le choix d'avoir fait des études de psychologie ?

Certainement **en raison de ma folie privée, de ma névrose infantile. L'envie d'aider les autres et de me sentir utile** : jusqu'à présent j'étais dans les affaires, la gestion et l'informatique, j'ai pris la **décision de me reconvertir et de me tourner vers l'humain** alors que jusqu'à présent je travaillais sur des chiffres et des machines ; alors il est vrai que je me suis découvert être quelqu'un de très patient, très à l'écoute, je consacre beaucoup de temps aux autres : **je suis aidant familial** auprès de mon père handicapé hémiplégique suite à un AVC, **je prends beaucoup sur mon temps pour écouter mes amis** (qui me racontent leurs vies, leurs problèmes, leurs soucis...) et c'est vrai que **l'on se confie facilement à moi... donc pourquoi pas en faire mon métier finalement. De là est né le désir de devenir psychologue.**

Pourquoi avoir choisi précisément la spécialité "psychologie de la santé" ?

Tout d'abord parce que **mon souhait est de travailler auprès des malades en milieu hospitalier. La psychologie de la santé m'a paru être un peu plus en adéquation au niveau de la formation avec les compétences requises pour exercer comme psychologue clinicien en milieu hospitalier.** J'ai été très influencé par la psychanalyse durant ma licence à Toulouse Mirail, d'ailleurs j'ai fait un travail d'étude théorique de l'œuvre lacanienne et je suis en analyse (sur le divan) depuis un peu plus d' 1 an et demi.. Donc dans la logique des choses j'aurais du prendre clinique/psychopatho : mais non ! L'étude du Rorschach ne m'intéressait pas beaucoup, et **j'avais envie d'approfondir une clinique qui travaille plus dans le "réel" on va dire, du quotidien de la souffrance, de la maladie...et surtout qui ne s'enferme pas dans une théorie unique et fermée... c'est pourquoi la psychologie de la santé m'a semblée être une discipline plus ouverte** et de mon côté même influencé par la psychanalyse, je reste ouvert à des méthodes tels que les TCC qui peuvent être utiles dans certains cas, **on peut prendre ce qu'il y a de bon dans chaque courant... de toutes façons, je pense que chaque psychologue clinicien de la santé a sa boîte à outil qui ne ressemble à aucune autre.**

Est-ce qu'avant de t'engager en majeure santé en M1 tu connaissais déjà la psychologie de la santé ? Tu avais suivie une option en Licence, lu des livres... ? Comment et sur quoi s'est fait le choix de la spécialité ?

Oui, j'avais fait une option de psychologie de la santé à Toulouse-Mirail lors de ma L1, ça m'avait bien plus mais ce ne fut pas une révélation non plus puisque jusqu'à la fin de ma L3, je ne savais pas vraiment vers quoi m'orienter.

Qu'est-ce qui te plaît dans la psychologie de la santé ?

Ce qui me plaît c'est que c'est une **discipline variée à l'intersection de nombreuses autres disciplines.** C'est surtout une **discipline à l'intersection de la psychologie sociale** (je suis passionné depuis toujours par la psychologie sociale) et j'aime beaucoup l'approche psychosociale que l'on peut justement mettre en œuvre en psychologie de la santé ; mais aussi de la psychologie clinique : **Les thèmes du cancer, des soins palliatifs, de l'expérience et des représentations de la maladie, le vécu de maladie du point de vue des proches (conjoint, famille), la souffrance des soignants et la place du psychologue en institution... ce sont des thèmes là me tiennent à cœur.** A voir s'ils sont exploitables dans une optique de psychologie de la santé.

Est-ce que tu es capable de me citer une théorie qui t'a marquée en psychologie de la santé ? Le thème qui t'intéresse le plus dans cette discipline de la psychologie ?

J'hésite entre 2 : c'est vrai que l'on nous a beaucoup parlé de 2 théories, à savoir le modèle transactionnel du stress de Lazarus et Folkman et **le modèle intégratif et multifactoriel de Marilou Bruchon Schweitzer**, allez je retiens celui de Marilou : c'est vrai que c'est un modèle théorique, peut être moins connu que celui de Lazarus et Folkman mais qui me semble très important ; **rendre compte de l'importance des modérateurs subjectifs pour sortir des modèles linéaires, causalistes... ça me paraît essentiel.**

As-tu préparé un projet professionnel et est-ce que tu sais où tu vas ?

Oui tout à fait ! **Depuis la fin de ma L3 et après avoir effectué un stage au sein d'une clinique, je me suis construit un projet professionnel et je sais vraiment ce que je veux faire.**

Dans quel domaine, lieu et populations souhaiterais-tu travailler plus tard ? Dans l'idéal, tu souhaiterais trouver un temps complet au sein d'une structure unique ou travailler au sein de plusieurs structures à temps partiel ?

Oui. Après avoir effectué pendant l'été 2010 un stage au sein d'une clinique, **je me suis construit un projet professionnel** et je sais ce que je veux faire. A l'issue de ma formation, je souhaiterais m'orienter vers l'exercice du **métier de psychologue clinicien de la santé en institution, notamment en milieu hospitalier (hôpital ou cliniques privées) avec un travail en équipe auprès de malades chroniques et/ou au sein de services d'oncologie/soins palliatifs (en équipe fixe ou en EMSP en HAD) et à côté en complément travailler au sein d'un EHPAD à temps partiel, auprès des personnes âgées.** Telle est vraiment l'orientation professionnelle que je souhaite prendre.

Pourquoi conseillerais-tu à un étudiant de s'inscrire en psychologie de la santé plutôt que dans une autre branche de la psycho ?

Je pense que l'on peut faire beaucoup de choses au sein de cette discipline qui reste très **ouverte** : à la fois pour l'ouverture vers d'autres disciplines, également par le fait que la **filière est moins "bouchée" que la clinique/psychopatho.** Comme le dit très bien Greg DECAMPS : "**Quelle que soit la sensibilité que l'on puisse avoir en termes d'orientation disciplinaire, que l'on se situe dans une perspective clinique, différentialiste ou plutôt psychosociale, vous pouvez trouver un intérêt à vous inscrire en psychologie de la santé**". **Donc oui, j'incite les étudiants à nous rejoindre au sein la filière Psychologie de la Santé.**

Pourquoi t'être investi dans l'aventure de l'EPSAB ?

En fait, depuis l'année dernière, j'avais le projet de reproduire le modèle de PsychoMirail (site que j'ai administré pendant 2 ans) à Bordeaux Segalen avec l'intention de créer un site portail pour tous les étudiants en psychologie de l'Université. Je voulais aller au delà de ce que fait le site Armorost (arbord.fr) et créer une structure informatique pérenne dans le but de transmettre facilement à d'autres qui prendraient le relais et éviter les erreurs faites de ce point de vue sur PsychoMirail (dépendance au webmaster, pas de relève...). Je n'ai pas trouvé de personnes susceptibles de me suivre dans ce projet ambitieux et je n'ai pas désiré m'y engager seul. Il se trouve qu'à cette époque là, on m'a parlé de l'EPSAB et ce nouveau projet m'a enchanté même si je n'ai pas souhaité prendre de fonctions au niveau du Bureau à la création de l'association ; j'ai créé l'année dernière au second semestre, à la va-vite, un site provisoire majeuresante.fr pour partager nos cours, s'engager dans un "travailler-ensemble" et mon désir était de me consacrer uniquement dans ce projet associatif. On m'a confié la mission de créer un nouveau site web (et du contenu) que j'ai pu réaliser durant l'été. Ce site n'est plus le mien mais celui de l'EPSAB. Au delà du site, je renouvelle mon engagement auprès de l'EPSAB dont je souhaite que les projets actuels et à venir puissent se concrétiser. Longue vie à cette association.