

QUESTIONNAIRE M2



1) Qui es-tu et quel est ton parcours ?

Je suis Romain SIMON, j'ai 27 ans et suis actuellement étudiant en Master 2 Psychologie clinique, option **psychologie de la santé**.

En sortant du bac j'ai tenté la première année de médecine, c'était pour faire soit kiné soit chirurgien. J'ai arrêté en milieu d'année, parce que la psycho m'intéressait trop et parce que ces deux métiers de kiné et de chirurgien n'étaient que des lubies passagères. Même si la médecine, plutôt la patho, me passionne.

Avec le redoublement de ma seconde, j'avais donc 2 ans de « retard ». Je m'suis dit qu'avant de me lancer dans un nouveau cycle de longues études (initialement je voulais aller jusqu'au doctorat de psycho, donc 8 ans) je devais assurer mes arrières avec un diplôme court, au cas où ça se passe mal... J'ai fait selon mes centres d'intérêt : à la rentrée suivante j'ai commencé un IUT Génie Informatique à la Rochelle, que j'ai mené à terme. Ensuite, j'étais libre de commencer le parcours complet de psychologie. Dans l'état actuel des choses, je ne pense pas aller jusqu'au doctorat. J'ai 27 ans, ça commence à faire beaucoup d'années d'études et j'ai eu ma dose de petits boulots sans rapport avec la psychologie. Comme un besoin irréprensible d'entrer dans la vie professionnelle et d'exercer enfin le métier de psychologue.

2) Pourquoi avoir fait le choix de faire des études de psycho ?

Je dois bien avouer qu'au début je ne pensais pas travailler dans la psychologie. C'est au lycée que j'ai découvert cette discipline, suite aux cours de philo puis à un questionnement existentiel et aux lectures personnelles qui en ont découlé. Je voyais alors la psychologie plus comme un outil dans la vie quotidienne (professionnelle comme personnelle). Ça aide forcément dans le rapport à soi, dans le rapport aux autres. Je pense que dans l'idéal, tout le monde devrait avoir des cours de psychologie dans son cursus. On veut apprendre aux citoyens comment comprendre le monde, son fonctionnement, le fonctionnement sociétal, etc. mais personne ne pense à apprendre comment fonctionne l'être humain. Autrement dit, on apprend comment fonctionne notre environnement sans chercher à comprendre qui nous sommes... dès lors, comment comprendre les

interactions entre lui et nous ? Pas étonnant qu'autant de personnes ne trouvent ni leur place dans le système ni leur vocation.

De simple réflexion personnelle, la psychologie s'est vite imposée comme un centre d'intérêt majeur dans ma pensée quotidienne. Et puis l'idée de travailler toute ma vie dans tel ou tel autre métier ne m'emballait pas le moins du monde. Je ne pouvais alors plus considérer la psycho comme un simple outil mais que je devais en faire mon métier, ce à quoi je n'avais même pas pensé avant ! On me disait doué pour analyser et j'étais persuadé que c'était ce qui me correspondait le plus. Ça s'est confirmé au fil du cursus. Dans les mécanismes psychologiques tout est passionnant, tout est digne d'intérêt, chaque enseignement éclaire un pan de vie. Etant dans l'ère des spécialistes de ceci ou de cela, il ne me restait alors plus qu'à trouver une spécialité dans laquelle je veuille bien m'engager. Ce fut la psychologie de la santé, que je vois comme la psychologie appliquée potentiellement à tous les domaines abordés par la médecine. Sûrement une manière de faire un lien avec mon intérêt pour la médecine.

Peu de comportements humains sont déterminés par un seul facteur, c'est ce qu'on appelle le surdéterminisme. Le choix du métier de psychologue n'y échappe pas. Une deuxième raison pour laquelle j'ai choisi cette voie est mon intérêt pour les énigmes et les mystères. Depuis tout petit, j'entretiens une curiosité d'esprit qui peut m'amener très loin, dans bien des domaines. De toutes les énigmes que j'ai entendues ou lues, toutes avaient une solution arrêtée, relativement bien définie. Mais il reste quelques mystères encore non expliqués, quelques énigmes non élucidées. L'énigme du psychisme humain en fait partie. La compréhension de la constellation psychique humaine me passionne et comme elle ne risque pas d'être élucidée demain, ni de trouver une réponse standard, le travail en psychologie n'est pas prêt d'atteindre ses limites !

3) Est-ce que tu as fait ou envisages-tu de faire un travail personnel (une psychothérapie, une psychanalyse, systémique...) ? Penses-tu qu'il soit important de faire un travail sur soi avant d'exercer ?

Alors oui j'aimerais faire une psychanalyse, cela fait déjà quelques années que j'y pense. Mais entre l'emploi du temps de la fac, le travail qu'elle demande en plus, une vie sociale épanouie et le petit boulot, il y a toujours une mauvaise raison pour ne pas avoir le temps de suivre une thérapie ! S'y ajoute le manque de financement, qui explique sûrement mieux que je n'ai pas encore entamé un travail de thérapie, parce que pour le temps on peut toujours en trouver, j'imagine.

Savoir comment fonctionne l'autre côté du miroir me paraît essentiel pour maîtriser l'entretien psychologique. D'après moi, il faut avoir « senti » la position d'analysé et il faut avoir travaillé sur soi avant de prétendre pouvoir mener l'analyse d'un autre. Principalement pour maîtriser les notions transférentielles et contre transférentielles, être au clair avec ses émotions.

« **Avant d'exercer** » serait l'idéal mais c'est peu fréquent, ou alors ce n'est pas dans l'objectif de mieux apprendre/comprendre le métier mais parce que les étudiants en ont besoin à titre personnel. Après tout, on n'est pas en psycho pour rien ! Ce qui signifie au choix, que soit je n'en ai pas éprouvé le besoin jusqu'à maintenant, soit que je correspond à une de ces pathologies qui ne vont pas consulter !

De la même manière, être en analyse soi-même lorsqu'on pratique me semble essentiel, au moins à titre de supervision. Il est regrettable de constater qu'en France la supervision est plus l'exception que la règle.

4) Pourquoi avoir choisi précisément la spécialité de la "psychologie de la santé" ? 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 ? Qu'est-ce qui te plaît dans la psycho de la santé ?

Je ne connaissais pas précisément la psychologie de la santé, pas plus que ce qu'on en aperçoit en cours. Dans mon premier M1 je visais psychopathologie clinique parce que c'était censé être la voie royale pour les psychologues. Mais devant le choix de la mineure, j'ai approfondi les différentes options. La psychologie de la santé semblait correspondre le plus à mes attentes. Au final, en redoublant le M1 j'ai inversé la majeure et la mineure, parce que je connaissais les enseignements de psychopathologie clinique et qu'ils ne me semblaient pas pertinents outre mesure... A la fin de l'année, j'ai fait le constat que la psychologie de la santé était plus prometteuse et correspondait mieux à mes attentes. Et il faut avouer que Le choix du master 2 psychologie de la santé a été facilité parce que c'est une option du master 2 clinique.

5) Est-ce que tu es capable de me citer une théorie qui t'a marquée en psychologie de la santé ? Le ou les thèmes qui t'intéressent le plus dans cette discipline de la psychologie ?

Plus qu'une théorie particulière, ce que je trouve intéressant en psychologie de la santé c'est la diversité de ses champs d'action et la capacité de remise en question des modèles en place. La recherche fait sans cesse évoluer les connaissances, mais c'est certainement aussi parce que c'est une jeune discipline.

Maintenant, les thèmes qui me viennent en tête : l'addiction, parce qu'elle me parle énormément. Le burn-out, parce qu'on le voit partout et parce que c'est la grosse pathologie du monde professionnel.

6) Quels sont les thèmes de tes T.E.R en M1 et en M2 ?

Le T.E.R. de M1 portait sur les risques de développer une dysmorphophobie musculaire chez les jeunes sportifs de haut-niveau. Avec des résultats intéressants, contre-intuitifs, qui ont été intégrés à un article de G.Décamps, actuellement soumis à publication.

Cette année, mon mémoire traite de du vécu subjectif des patients au moment de l'annonce d'un cancer.

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

Etant donnée la faiblesse d'offre d'emploi en psychologie, j'essaie de ne me boucher aucune piste. J'ai également pris conscience de l'importance d'entretenir son réseau professionnel, une grande partie des premiers emplois sont trouvées par le réseau relationnel. D'où l'importance des associations, des réseaux sociaux en ligne, etc. A la fin de l'année, j'espère avoir au moins une opportunité de travail par les stages que j'ai effectués.

Actuellement je pense à intégrer l'Armée de Terre en tant qu'officier sous contrat spécialisé (donc en tant que psychologue). C'est envisageable, premièrement parce que je ne suis pas opposé aux principes de l'armée, et ensuite, parce que c'est une solution qui pallie à toutes les craintes pour un jeune diplômé : formation initiale complémentaire garantissant la compétence, sécurité de l'emploi, paye élevée, possibilité d'évolution, etc. S'y ajoute la mobilité géographique et la découverte d'autres pays qui m'attirent également.

A la fin de l'année je ferai le point sur mes différentes préférences de travail : le sport ; la question du trauma ; le cancer ; la psychanalyse, etc. dans l'objectif de me demander dans quoi je veux me lancer professionnellement. Evidemment, la recherche fera partie aussi des différentes offres d'emploi.

On se questionne sur la possibilité de partir dans un DOM ou un TOM où le diplôme français de psychologue est reconnu et semble recherché. C'est mon emballement du moment : ce serait un excellent premier emploi !

Il serait un peu prétentieux d'ouvrir son cabinet dès la sortie des études, mais j'entretiens l'idée d'ouvrir un seul cabinet à plusieurs, dès l'obtention du diplôme. Chacun consulterait sur un jour de la semaine, ce qui permet de commencer à exercer en libéral tout en se partageant les charges et frais administratifs. De la sorte, à moindre coût et avec moins d'engagement, on peut commencer à se faire un nom, ainsi que de l'expérience. Bien sûr cela veut dire que l'on doit avoir un autre emploi à côté. Mais il y a fort à parier que nos premiers emplois en tant que jeunes diplômés soient des mi-temps ou des tiers-temps.

8) Au niveau de ton ou de tes stages : dans quel lieu as-tu effectué ton ou tes stages ? Es-tu satisfait(e) du ou des stages effectués ?

J'ai eu la chance de n'avoir fait que des stages satisfaisants, les équipes y étant accueillantes, ouvertes et m'ont laissé observer tout ce qui était observable et participer le maximum qu'elles pouvaient. De vrais terrains de jeux, un régal.

Le premier stage a été fait au CAPS, le Centre d'Accompagnement et de Prévention pour les Sportifs (33). Le second dans un F.A.M.-M.A.S pour personnes cérébro-lésées (86). Et celui de cette année se passe à l'hôpital d'instruction des armées Robert Picqué (33) en psychiatrie et en oncologie.

9) Est-ce que tu te sens prêt(e) à exercer la profession de psychologue d'ici 6 mois ?

Absolument. Et les retours que l'on me fait sur les lieux de stage me confirment cette sensation. Je me sens prêt à exercer. Alors ça ne veut pas dire que je suis blindé contre tout, prêt et formé à affronter n'importe quoi, mais que je pense avoir acquis les outils méthodologiques et posséder ou avoir développé les capacités pour exercer le métier de psychologue. Pour le reste, c'est comme dans tout métier, on apprend en pratiquant. Je me sens compétent, donc à l'aise dans l'idée de postuler en tant que psychologue. D'autant plus que mon expérience clinique ne va qu'augmenter durant le second semestre, ce ne sera que du bonus.

10) Si tu peux te projeter, dans quel domaine, lieu et populations souhaiterais-tu travailler plus tard

J'envisage plusieurs projets. L'idée d'intégrer une CUMP me plairait. Pour l'instant j'ai le projet de l'engagement dans l'armée. Mais à terme, c'est en cabinet que je me vois, comme psychologue-psychanalyste, avec comme population privilégiée les adultes (dans le sens ni enfant ni 4^{ème} âge). Autrement dit, je me vois travailler avec l'individu tout venant, qui ne souffrirait pas nécessairement d'une pathologie lourde, mais plutôt dans un travail de psychopathologie de la vie quotidienne, comme l'écrirait Freud. L'idée qu'on peut aider les gens à mieux se comprendre, à vivre et se vivre pleinement, à jouir de ses libertés tout en gardant en tête ses responsabilités.

11) Pourquoi conseillerais-tu à un étudiant de s'inscrire en psychologie de la santé plutôt que dans une autre discipline notamment la filière la plus prisée qui reste la psychologie clinique/psychopatho ?

Tout d'abord, rappelons que la filière de psychologie de la santé de Bordeaux Segalen est une option du diplôme psychologie clinique. Donc pour tous ceux qui ne cherchent que le prestige du titre de clinicien (et ils sont légions encore à la fin du M2), ils le trouveront également dans la voie de la santé. Choisir le « parcours de santé » est pourtant tout aussi compliqué mais surtout tout aussi intéressant. On y est peut-être plus proche des patients au sens médical du terme. Avant de suivre les enseignements du M2, je me plaisais à expliquer que le psychologue de la santé exerçait le métier de psychologue clinicien dans tout ce qui touche à la médecine. Ce n'est assurément pas une bonne définition mais je la trouve assez parlante. De ce fait, il est embauché plus aisément dans les hôpitaux, cliniques et autres établissements de santé par exemple.

12) Y a t'il une question à laquelle tu aurais aimé répondre et que je ne t'ai pas posée ? Et as-tu quelque chose à rajouter ?

Non 😊