



Les psychologues sont des professionnels de la santé spécialisés dans le comportement humain. Ils proposent du conseil dans différentes situations de la vie privée, sociale ou professionnelle ou offrent un suivi thérapeutique à des patients souffrant de divers troubles psychiques ou neurologiques, le plus souvent sous forme d'entretiens individuels ou parfois en groupe. Intervenant aussi comme consultants auprès de professionnels de l'éducation, de la santé ou du social, les psychologues ont un rôle à jouer dans toutes les situations qui présentent une dimension humaine. Le champ professionnel des psychologues, qu'ils exercent dans des services publics, des institutions ou en cabinet privé, est très varié: psychothérapie, psychologie des enfants et adolescents, neuropsychologie, ressources humaines, orientation professionnelle, santé au travail, oncologie, psychologie légale, psychologie d'urgence, psychologie sportive, ou encore recherche. Il est donc nécessaire de se spécialiser après les études.



PSYCHOLOGUE

UNI

Relation d'aide et évolution personnelle

Tania Antonini, 26 ans

Psychologue dans un cabinet privé

Portrait

Les rapports entre les personnes ainsi que la thérapie de famille et de couple intéressent particulièrement Tania Antonini. A côté de ses consultations en cabinet et d'un mandat de chercheuse, la psychologue se spécialise pour devenir psychothérapeute.

Tania Antonini propose des thérapies dans un grand cabinet privé occupant huit psychologues sous la délégation de deux médecins psychiatres. Elle accueille des adultes présentant des troubles psychiques de toutes sortes: troubles anxieux, dépressifs ou psychotiques, troubles de la personnalité, problèmes liés à des maladies somatiques, à la consommation d'alcool, etc.

Cumuler des expériences

Tania Antonini a obtenu son master il y a trois ans, et comme beaucoup de diplômés, elle a cumulé plusieurs mandats et expériences avant de trouver un emploi fixe. Pour développer ses connaissances, elle a suivi une formation postgrade en évaluation et intervention psychologiques. En parallèle, elle a effectué un stage à mi-temps aux Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) dans un service accueillant de jeunes adultes présentant des troubles psychiques. Durant trois ans, elle a aussi travaillé à temps partiel dans la recherche en psychologie clinique à l'Université de Genève. Elle a participé à une étude sur l'ajustement émotionnel des couples face au stress du cancer du sein et, dans ce cadre, a mené des entretiens sur le terrain, analysé des résultats, étudié la littérature scientifique et participé à la rédaction d'articles ainsi qu'à des congrès. Deux ans après le master, elle a obtenu son poste actuel, qui est réparti sur deux sites, à Aigle et à Chavornay (VD).

En accord avec le patient

Lors du premier entretien, Tania Antonini cherche à mieux connaître la situation fami-



liale et le parcours personnel et professionnel de la personne qu'elle rencontre. Elle analyse la demande en reformulant les problématiques énoncées, puis établit une anamnèse. Elle définit, avec la personne, les points sur lesquels portera la thérapie, les méthodes de travail et la fréquence des consultations. «Par exemple, dans une situation liée à des difficultés d'intégration, nous avons décidé de travailler sur trois axes: comprendre comment la migration est vécue par la personne et sa

famille, intervenir sur un trait personnel, la timidité, et analyser les difficultés à entamer une formation, en lien avec la migration et des blocages personnels», explique la jeune psychologue. Donnant beaucoup d'elle-même, elle veille aussi à prendre du recul: «J'observe pourquoi je suis touchée par une situation et je réfléchis au rôle que cela peut jouer dans la thérapie.»

Une formation exigeante

Pour développer ses compétences et obtenir le titre officiel de psychothérapeute, la jeune femme prépare une spécialisation en psychothérapie, orientation systémique (qui considère l'individu dans ses interactions avec son groupe familial ou social). Cette spécialisation s'étend sur trois ans et comprend, à côté des cours et des travaux personnels, trois heures par semaine de supervision lors de thérapies de couple ou de famille. Les entretiens menés par deux thérapeutes en formation sont filmés et suivis en régie par l'experte, qui peut intervenir en direct pour orienter la consultation ou suggérer une piste. Vidéos à l'appui, la consultation est ensuite analysée en groupe. «Cette formation est parfois déstabilisante, reconnaît Tania Antonini, mais elle me pousse à prendre conscience de l'impact des thérapies sur moi-même et à trouver mon identité de thérapeute.»



Renforcer les liens

Alexandre Oliveira, 32 ans

Psychologue dans un centre de formation professionnelle et sociale

Portrait

Alexandre Oliveira apporte son soutien aux apprentis et aux collaborateurs du centre de formation dans les situations difficiles qu'ils peuvent rencontrer. Son intervention vise à favoriser l'intégration des jeunes et la réalisation de leur projet professionnel.

Au Centre de formation professionnelle et sociale (CFPS) du Château de Seedorf (FR), Alexandre Oliveira se tient à la disposition des jeunes ainsi que des enseignants, des maîtres socioprofessionnels, des éducateurs et des autres membres du personnel. Il répond à des demandes très diverses portant sur le suivi des parcours de formation, sur des problèmes relationnels, des difficultés d'apprentissage ou des problèmes de comportement. Le CFPS est une école professionnelle spécialisée qui accueille des jeunes rencontrant des difficultés psychosociales et/ou de développement et bénéficiant de mesures de l'assurance-invalidité. Le centre leur offre aussi un lieu de vie favorisant l'épanouissement personnel, social et professionnel.

Chercher ensemble les meilleures solutions

Les interventions du psychologue visent à soutenir les jeunes dans leur formation et dans la construction de leur identité professionnelle: «Nous travaillons par exemple la préparation aux examens à travers la gestion du stress, de l'impulsivité et de la motivation. Nous explorons ensemble de nouvelles stratégies pour faire face aux problèmes personnels ou familiaux. J'aide aussi en cas de difficultés dans une situation professionnelle. Par exemple, une apprentie en intendance se sentait incapable de servir des clients à table. Nous avons pu dénouer le problème, avec la collaboration du maître socioprofessionnel.» Alexandre Oliveira souligne l'importance de mobiliser toutes les ressources et compé-



tences qui soutiennent le projet professionnel. «Nous créons aussi un partenariat étroit avec la famille, qui représente souvent la première ressource pour le jeune», relève-t-il. Un travail de prévention et de dépistage de maladies psychiques est également effectué. Lors des colloques, le psychologue sensibilise les collaborateurs aux problématiques des adolescents en plaçant celles-ci dans leur contexte.

Vue globale de la personne

Alexandre Oliveira a toujours été attiré par les aspects relationnels et sociaux. Dès le gymnase, il a travaillé comme moniteur d'activités

pour enfants, puis a effectué un stage et un remplacement de psychologue scolaire dans un centre éducatif et pédagogique. Il a aussi œuvré au sein d'une association d'aide pour les jeunes en détresse. Aujourd'hui, à côté de son activité au CFPS, il reçoit des patients en pratique privée et co-anime un groupe de parole pour adultes victimes d'abus sexuels. Il exerce également à l'unité de soins palliatifs de l'Hôpital cantonal de Fribourg. Alexandre Oliveira veille à ce que chaque personne soit considérée dans son contexte global, familial, professionnel et social. Ces aspects sont essentiels en psychothérapie systémique, spécialisation dans laquelle il se forme.

Réfléchir aux interventions

Au sein de l'institution, les deux psychologues du CFPS animent les colloques et interventions sur des thématiques diverses, telles que les troubles psychiques, le risque suicidaire, la prévention ou la gestion de situations de crise. Alexandre Oliveira participe aussi aux camps et activités hors cadre. «J'adapte mes interventions aux circonstances, en réfléchissant à leur sens et en imaginant des moyens de créer et de renforcer les liens, ou encore en partageant des moments informels avec les collègues et les apprentis», explique-t-il.



Une insertion difficile, mais un champ professionnel vaste

Perspectives



La formation ne s'achève pas avec le master et il est très rare qu'une personne obtienne un emploi fixe à l'issue de ses études. La plupart des diplômés se dirigent vers le domaine clinique et débutent par des remplacements et stages dans des institutions hospitalières ou des structures publiques liées à la santé, à l'éducation, à l'orientation professionnelle, etc. Cumulant souvent plusieurs mandats en début de carrière, les psychologues se spécialisent généralement dans un domaine pour parfaire leurs connaissances et gagner en autonomie dans la pratique. Certaines filières d'études plus professionnalisantes, comme le master en psychologie du travail et des organisations ou le master en psychologie du conseil et de l'orientation, favorisent une insertion professionnelle plus directe.

Spécialisation nécessaire

Le titre de psychologue est protégé et réservé aux titulaires d'un master en psychologie. Les psychologues fournissent des prestations de conseil, mais ne sont pas habilités à faire des psychothérapies sans avoir effectué de spécialisation préalable. Les cantons délivrent les autorisations de pratiquer. Les spécialisations sont des formations en emploi qui s'étendent

sur deux à six ans. Débouchant généralement sur la pratique en cabinet privé, la psychothérapie est la spécialisation la plus suivie. Les prestations des psychothérapeutes sont prises en charge par les assurances pour autant qu'elles soient délivrées sous la délégation d'un médecin (psychiatre). Dès 2018, la Confédération accordera des titres reconnus au niveau fédéral dans cinq domaines de spécialisation: psychothérapie, psychologie de l'enfance et de l'adolescence, psychologie clinique, neuropsychologie, psychologie de la santé. Ces titres attestent la compétence à exercer de manière autonome une activité dans un domaine spécifique. A côté des titres fédéraux, il existe des titres de spécialisation FSP (Fédération suisse des psychologues) en psychologie du développement de carrière et des ressources humaines, psychologie de la circulation, psychologie légale, psychologie du sport et psychologie du coaching. Pour conserver leur titre de spécialiste FSP, les psychologues sont tenus de suivre une formation continue.

Des possibilités variées

En fonction de leur lieu de travail, les psychologues collaborent étroitement avec les professionnels de la santé (médecins, infirmiers,

ergothérapeutes, etc.), de l'éducation (enseignants, éducateurs, assistants sociaux) ou de l'entreprise (responsables RH, cadres et employés). Après une spécialisation et avec de l'expérience professionnelle, ils peuvent diriger une équipe, puis un département dans une structure hospitalière, dans un service public ou dans une entreprise.

Si le domaine clinique représente le débouché principal, les compétences générales des psychologues peuvent être appliquées à d'autres secteurs, tels que les ressources humaines ou le marketing. Possédant de bonnes connaissances des méthodes de recherche, les psychologues peuvent intervenir auprès d'autres professionnels en leur apportant un soutien méthodologique, ou comme consultants sur des projets. Ils peuvent viser une carrière dans la recherche, non seulement dans une université, mais aussi dans les hôpitaux universitaires qui proposent des places dans la recherche ou combinant activité clinique et recherche. Leur profil convient aussi à des emplois dans l'administration fédérale, notamment dans les statistiques. La recherche et l'enseignement dans une haute école du domaine santé, social ou pédagogique sont également des débouchés possibles.

La psychologie vous intéresse?

Quelques repères pour faire le point.

Vous intéressez-vous aux autres?

L'aspect relationnel est primordial dans les activités de conseil et de thérapie. Le métier exige de la curiosité pour l'autre, une grande capacité d'écoute et de l'empathie.

Aimez-vous observer, analyser, évaluer?

Les psychologues observent les comportements et le contenu des discours, ils évaluent aussi les compétences ou les problématiques de leurs clients par des tests. Leurs analyses permettent d'établir un diagnostic.

Une démarche scientifique vous tente-t-elle?

Les activités des psychologues sont fondées sur des connaissances scientifiques. Ces professionnels ont recours à des instruments d'analyse et à des outils statistiques, et ils suivent une méthodologie propre à la recherche scientifique.

Jouissez-vous d'un bon équilibre personnel?

Les psychologues apportent une part d'eux-mêmes dans la relation d'aide et interviennent dans des situations qui peuvent les toucher personnellement. Attentifs aux aspects affectifs du métier, ils savent prendre du recul par rapport aux problématiques rencontrées.

Êtes-vous capable de porter un regard critique sur votre travail?

L'introspection et une réflexion sur son propre travail sont des éléments essentiels pour pouvoir aider les autres. Les psychologues analysent leurs réactions personnelles, leur manière de se positionner dans une consultation et le sens de leurs interventions.

Aimez-vous coopérer avec d'autres professionnels?

Selon leur lieu de travail, les psychologues collaborent avec des spécialistes d'autres disciplines, issus souvent des domaines de la santé, de l'éducation et du social, mais aussi avec des professionnels des milieux économique, de la sécurité, du droit, du sport, etc.

IMPRESSUM

1^{re} édition 2016

© CSFO 2016, Berne. Tous droits réservés.

Edition:

Centre suisse de services Formation professionnelle |
orientation professionnelle, universitaire et de carrière CSFO
CSFO Editions, www.csfo.ch, editions@csfo.ch
Le CSFO est une institution de la CDIP.

Direction du projet: Véronique Antille, CSFO **Enquête et rédaction:** Ingrid Rollier, Grand-Lancy **Relecture:** Alvaro Carballo, Association vaudoise des psychologues AVP; Nicolas Favez, Université de Genève; Marianne Gattiker, Saint-Aubin-Sauges
Photos: Thierry Porchet, Yvonand **Graphisme:** Viviane Wälchli, Zurich
Réalisation: La Ligne, Vevey **Impression:** Salvioni arti grafiche, Bellinzona

Diffusion, service client:

CSFO Distribution, Industriestrasse 1, 3052 Zollikofen
Tél. 0848 999 002, Fax +41 (0)31 320 29 38, distribution@csfo.ch, www.shop.csfo.ch

N° d'article: FE2-3228 (1 exemplaire), FB2-3228 (paquet de 50 exemplaires)

Nous remercions toutes les personnes et les entreprises qui ont participé à l'élaboration de ce document. Produit avec le soutien du SEFRI.

Formation

La formation de psychologue s'effectue à l'université.

Lieux: en Suisse romande, Universités de Fribourg, Genève, Lausanne et Neuchâtel. Formation à distance à Sierre (uniquement bachelor).

Durée: 6 semestres pour le bachelor (9 semestres pour la formation à distance), 4 semestres supplémentaires pour le master.

Conditions d'admission: maturité gymnasiale; maturité professionnelle accompagnée du certificat d'examen complémentaire (passerelle); bachelor d'une haute école spécialisée ou d'une haute école pédagogique.

Contenu des études: les études de bachelor comportent des enseignements de base dans les différentes approches de la psychologie (psychologie de la personnalité, cognitive, développementale, sociale) et une introduction à la psychologie clinique. Elles développent les aptitudes à des méthodologies d'entretien, d'évaluation et de recherche. Au cours du master, les étudiants approfondissent un domaine spécifique de la psychologie: psychologie clinique, psychologie de la santé, psychologie scolaire, psychologie de l'orientation, psychologie du travail, neurosciences cognitives, etc. Des stages peuvent être effectués en cours d'études.

Titre obtenu: Master of Science in Psychology, avec mention de l'orientation.

Formations continues et spécialisations

- Formations continues postgrades, proposées par les universités (CAS, DAS), par exemple en psychologie légale et psychiatrie forensique ou en psychologie du sport
- Titres fédéraux de spécialisation en psychothérapie, psychologie de l'enfance et de l'adolescence, psychologie clinique, neuropsychologie et psychologie de la santé
- Titres de spécialisation FSP en développement de carrière et ressources humaines, circulation, psychologie légale, psychologie du sport, psychologie du coaching
- Certificats de qualification complémentaire FSP en gérontopsychologie, supervision thérapeutique cognitivo-comportementale, psychologie d'urgence, psychologie oncologique, aide aux victimes, psychotraumatologie
- Doctorat

En savoir plus

www.orientation.ch, le portail officiel suisse d'information de l'orientation professionnelle, universitaire et de carrière

www.unifr.ch/psycho, Département de psychologie, Fribourg

www.unige.ch/fapse, Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation, Genève

informpsy.unige.ch, plateforme d'informations pour la formation et les métiers de la psychologie, Université de Genève

www.unil.ch/ip, Institut de psychologie, Lausanne

www.unine.ch/ipto, Institut de psychologie du travail et des organisations, Neuchâtel

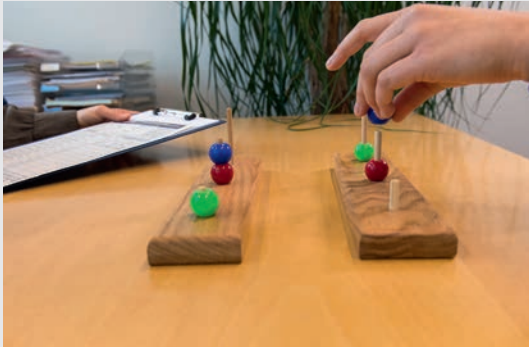
www.unidistance.ch/psychologie, Faculté de psychologie, Sierre

www.psychologie.ch, Fédération suisse des psychologues



Accueil et écoute

Les rapports humains sont au centre de l'activité des psychologues. Une attitude empathique et une ambiance accueillante facilitent la confiance.



Tester et évaluer

Les psychologues utilisent toutes sortes de tests, par exemple ici pour mesurer les capacités de planification et d'organisation spatiale.



Soutenir les jeunes dans leur projet

Rattachés à des écoles ou des centres de formation, les psychologues viennent en aide aux jeunes qui rencontrent des difficultés psychiques ou sociales.



S'intéresser au fonctionnement du cerveau

L'imagerie cérébrale permet aux neuropsychologues de faire des liens entre les observations comportementales et les régions lésées du cerveau.

Considérer la personne dans sa globalité

Schématiser les relations du patient avec son entourage peut faciliter la prise de conscience de ses difficultés.



Conseiller d'autres professionnels

Les psychologues apportent leur expertise aux professionnels en contact avec des personnes en difficulté – ici dans une école professionnelle.



Recherche appliquée

Dans les hôpitaux universitaires, la recherche se fait en collaboration avec les cliniciens. L'avis des patients est également sollicité.



Interpréter des données

L'interprétation des résultats, l'évaluation des tests ou le développement de nouveaux outils s'appuient sur de bonnes connaissances méthodologiques.





Anne Bellmann, 46 ans, responsable de l'Unité de neuropsychologie, Clinique romande de réadaptation

Les neuropsychologues établissent un diagnostic dans les cas de lésions cérébrales dues à des maladies ou à des accidents. Ils définissent un profil de capacités et élaborent une stratégie de rééducation qui utilise au mieux les fonctions préservées pour pallier les déficits. Ils évaluent aussi les possibilités d'une reprise de l'activité antérieure. Responsable de l'Unité de neuropsychologie de la Clinique romande de réadaptation, Anne Bellmann est passionnée par l'étude de la plasticité et du fonctionnement du cerveau: «Les modifications du comportement diffèrent selon la région touchée et le type de lésion, rendant indispensable un diagnostic très précis pour orienter la rééducation», explique-t-elle. «Nous nous appuyons

Mieux connaître le cerveau

notamment sur les dernières avancées en neurosciences pour mieux comprendre chaque cas.» Après ses études en psychologie et un diplôme postgrade en neuropsychologie, Anne Bellmann a préparé une thèse de doctorat en poursuivant une activité clinique au CHUV, avant d'occuper son poste actuel, associant toujours l'activité auprès des patients et la recherche. Les pratiques de rééducation évoluent, intégrant des techniques de réalité virtuelle: les patients apprennent par exemple sur un écran à se déplacer dans une ville. L'Unité développe aussi les thérapies favorisant le contexte réel: dans un test d'«errances multiples», le patient est amené à faire des achats à l'extérieur, en gérant un petit budget et en suivant des règles précises.

Lorsque Michel Guye Bergeret découvre le master en psychologie du travail à l'Université de Neuchâtel, c'est le coup de cœur. «Tous les thèmes m'intéressaient: la motivation, la gestion des conflits, les techniques d'entretien, les mécanismes du cerveau dans la manière d'assimiler les infos, etc.» Son mémoire, intitulé «Les candidats et les recruteurs parlent-ils le même langage?», reçoit le premier prix de l'association HR Swiss. Après six mois de stage comme

Objectif ressources humaines

assistant RH, il est engagé dans un cabinet de recrutement. «Mes études m'ont été utiles pour les entretiens avec les candidats et l'évaluation des compétences, mais aussi pour comprendre rapidement les besoins des entreprises et trouver les candidats correspondants», précise-t-il. Trois ans plus tard, il est engagé comme spécialiste recrutement au CERN, organisation européenne de recherche occupant 2500 personnes. Il y met en place un nouveau système de recrutement en centralisant les activités des huit départements et en créant de nouveaux outils (système de tri des CV, entretiens par vidéo, réseaux sociaux, etc.). Aujourd'hui, Michel Guye Bergeret est responsable recrutement et marketing RH aux Hôpitaux universitaires de Genève (HUG), qui emploient 11 000 personnes et engagent 800 employés par an. Son objectif, à ce poste stratégique, est de réorganiser le recrutement et de mettre en place une gestion prévisionnelle des effectifs et compétences permettant d'anticiper les départs et de recruter en conséquence.



Michel Guye Bergeret, 35 ans, responsable du recrutement aux HUG



Philippe Golay, 35 ans, psychologue chef de projets de recherche en psychiatrie

Chercheur en psychiatrie communautaire et psychiatrie générale au CHUV, Philippe Golay participe à plusieurs axes de recherche dont le but est d'augmenter la qualité des prises en charge. Il étudie notamment l'efficacité des traitements, l'impact des thérapies ambulatoires ou encore les caractéristiques des jeunes

Recherches appliquées

patients souffrant de schizophrénie, et il évalue et valide des tests psychométriques. Actuellement, le chercheur développe un nouvel instrument diagnostique: une échelle permettant d'évaluer à quel point les personnes ayant des troubles psychiatriques intègrent les idées reçues qui existent à leur rencontre et s'autostigmatisent. Pour élaborer ces tests, l'équipe collabore avec des experts et des groupes de patients, ce qui donne lieu à des échanges fructueux. A côté des aspects humains, Philippe Golay s'est toujours intéressé aux aspects scientifiques de la psychologie: «Les psychologues sont bien formés pour la recherche. La méthodologie, les analyses statistiques ainsi que les instruments d'évaluation constituent une spécificité de leurs études.» Assistant d'enseignement et de recherche à l'Université de Genève pendant six ans, il a étudié, dans le cadre de son doctorat, les relations entre les capacités cognitives tout au long de la vie. Il publie régulièrement des articles, participe à des congrès et à des échanges internationaux, et enseigne aussi les procédures d'évaluation en psychologie de l'orientation à l'Université de Lausanne.