



**Cécile JUBAN, 29 ans**

**Psychologue clinicienne et psychothérapeute**

M2 Psychologie clinique et de la santé

### Son activité professionnelle

- ❖ Pouvez-vous me décrire votre métier ? Quelles sont les principales missions que vous effectuez ?

Je travaille exclusivement en libéral, à mi-temps, l'équivalent de deux jours ½ par semaine. Je reçois essentiellement des couples, des adultes et des adolescents. J'ai une approche que je considère humaniste, qui m'amène à envisager que la thérapie passe d'abord par la relation avec le patient. Je n'ai pas d'obédience fichée TCC ou psychanalyse, j'essaie avant tout de m'adapter au mieux aux besoins du patient avec les outils en ma possession. J'essaie de réduire l'écart qu'il y a entre eux et moi, car je pense que s'il n'y a pas de feeling avec le patient en thérapie, je ne vais pas pouvoir les aider correctement.

- ❖ Qu'est-ce que vous aimez dans votre métier ? Pouvez-vous me donner des avantages et des inconvénients ?

Ce que j'aime, c'est de pouvoir, à mon humble niveau, aider des gens. Mais aussi la connaissance du fonctionnement humain, de pouvoir comprendre comment cet humain en est arrivé là où il en est. Je trouve ça très intéressant intellectuellement et humainement parlant. Concernant les avantages, le libéral me donne vraiment la liberté de pouvoir exercer comme je l'entend sans avoir le regard d'un chef de service ou d'un médecin en institution qui peuvent ne pas avoir la même vision de la pratique. Cela m'a apporté un équilibre entre ma vie professionnelle et personnelle. L'inconvénient, qui revient beaucoup, c'est la solitude. Mais avec le temps on fait des rencontres et on se construit un réseau d'entraide, ce qui permet de pallier cet inconvénient.

### Sa formation en psychologie à l'Université de Nantes.

Je suis arrivée en deuxième année de licence à Nantes, après avoir effectué la première à l'Université d'Aix-en-Provence.

- ❖ Quels sont pour vous les atouts de cette formation ?

J'ai beaucoup aimé le côté intégratif à Nantes qui était vraiment une ouverture à plusieurs approches, même si cela pouvait manquer d'approfondissement. J'ai aussi apprécié l'accessibilité des professeurs et l'aide qu'ils apportaient malgré leurs nombreuses tâches.

- ❖ Avez-vous fait une rencontre déterminante lors de votre formation

Oui, un en particulier, Pierre-Henry Garnier, qui a dû arrêter après notre année de master. Il était très intéressant, très humain, à l'écoute de ses élèves. Il m'a fait connaître un livre « L'art de la thérapie » d'Irvin D. Yalom que je conseille de lire à tous les psychologues. Mais de manière générale, le rôle des professeurs dans la construction de l'étudiant, puis d'un futur psychologue, compte pour beaucoup à mon sens.

- ❖ Des conseils pour les actuels étudiants en psychologie ou ceux tentés par cette voie ?

La faculté donne de la théorie, des connaissances que vous utiliserez plus tard. Mais pour se former au métier de psychologue, rien ne remplace la pratique. Il est donc important de faire des stages, de discuter avec des professionnels pour bien comprendre la réalité du terrain. Se diriger vers le métier de psychologue, c'est avoir quelque chose au fond de soi qui est fondamentalement tourner vers l'autre. Donc si vous avez ça, accrochez-vous.