



## « À ma place d'aide-soignante en psychiatrie... »

Dynamique, jamais à court d'idées pour stimuler les patients de son unité, Stéphanie Bouloc, aide-soignante au CH Sainte-Marie, à Rodez, s'est formée tout au long de son parcours. Passionnée, elle est aujourd'hui une formidable ambassadrice d'un métier peu reconnu.

**A**dolescente, Stéphanie rend régulièrement visite à sa grand-mère, qui souffre de la maladie d'Alzheimer, au Centre hospitalier Sainte-Marie, à Rodez. Du haut de ses 15 ans, elle observe les soignants et se dit qu'apporter aide et réconfort à des personnes vulnérables peut être une voie professionnelle à suivre. Elle s'engage en BEP sanitaire et social puis obtient un baccalauréat professionnel en médico-social. En 1998, Stéphanie a 18 ans. Son intuition était la bonne, la voilà à présent élève aide-soignante. Un stage la ramène au CH Sainte-Marie où elle découvre la psychiatrie (1). « *J'entre de plain-pied dans un univers insoupçonné, je suis confrontée à l'irrationnel, au délire, à la violence, à la douleur, à la fragilité. C'est comme une grande claque en pleine figure.* » Une première expérience qui s'avère fondatrice. « *Je débarque dans un service fermé. Les patients sont en crise, très souvent contenus. Certains ne sont guère plus âgés que moi. C'est un choc pour la jeune fille que je suis. Je ne sais rien de la maladie psychiatrique ni comment me comporter avec ceux qui en souffrent. J'ai cependant une appétence pour la relation à l'autre. Ouverte d'esprit, je sais me rendre disponible lorsqu'il s'agit d'observer et d'écouter. Mais, ici, je dois surtout apprendre.* ». Reconnaisante, Stéphanie se souvient avoir été particulièrement bien accueillie dans ce service, encadrée « *par des infirmiers de secteur psychiatrique (ISP) soucieux de transmettre.* » Leur générosité a nourri ce qui était en germe : son engagement face à la souffrance psychique.

### PREMIERS PAS...

Fraîchement diplômée, en 1999, Stéphanie travaille comme aide-soignante dans une



**« Le travail en binôme avec l’infirmière permet de s’inscrire dans un projet de soins partagé où les compétences de chacune sont mises au service de l’usager. »**

association de soins à domicile. L’occasion de développer « réactivité et débrouillardise face à des situations souvent difficiles ». Un an plus tard, le CH Sainte-Marie auprès duquel elle a postulé lui propose un poste en psychogériatrie. « J’étais jeune mais pleine d’allant pour affronter cet univers difficile. Proche du patient de par mes fonctions, j’avais l’impression d’être un peu les yeux et les oreilles de l’infirmière avec qui je travaillais en binôme. J’avais mon mot à dire et je me sentais respectée. C’était particulièrement gratifiant. Le travail des aides-soignants est si souvent invisible. Durant les dix-sept années passées dans ce service, au côté d’ISP et d’aides-soignants bienveillants, j’ai pu me former dans plusieurs domaines : les démences du sujet âgé, la relation soignant/soigné, la gestion de crise ou encore la manutention. J’ai beaucoup appris sur les maladies mentales, les traitements, les prises en charge. J’ai surtout gagné en autonomie. »

Les proches de Stéphanie ne comprennent pas toujours son choix, stigmatisant un univers violent et peu valorisant. Mais elle persiste. « J’étais à ma place, et je la défendais. À aucun moment d’ailleurs je n’ai envisagé de devenir infirmière. Les actes techniques, très peu pour moi. Ce que j’aime avant tout dans mon métier c’est l’aspect relationnel et le fait de veiller au confort physique et moral des personnes soignées ».

**UNE AIDE-SOIGNANTE EXPERTE**

En 2016, Stéphanie intègre enfin l’unité pour adultes Acacia qu’elle souhaitait rejoindre depuis longtemps. « Ce nom de fleur porte en lui des valeurs qui me sont chères : accueil, compétences, apaisement, créativité, innovation, autonomie. Dans ce service “contenant” pour 14 adultes et où les séjours peuvent durer plusieurs années, les relations soignants/soignés s’affinent et se renforcent avec le temps. Bien sûr, nous faisons face à des crises, au bruit, à la violence, mais nous déployons un travail clinique collectif pour éviter la contention et l’isolement. Pour cela, nous disposons de nombreux outils : une salle de décompression, un espace d’apaisement, un plaid sensoriel, une couverture lestée... »

Pour Stéphanie, le travail en binôme avec l’infirmière lui permet de s’inscrire dans un projet de soins partagé où les compétences de chacune sont mises au service de la personne soignée. Tout comme ses collègues aides-soignants, elle revendique son savoir, notamment en matière d’éducation à la santé en veillant au bien-être

et au confort des patients. « Tout au long de la journée, je suis au plus près d’eux. Lors de situations formelles ou informelles, je les observe, les écoute et, au-delà les entend. Lors des transmissions, des réunions d’équipe, j’avance mon point de vue, mon analyse de la situation élaborée lors d’une discussion avec un patient : une colère qui enfle, une frustration inavouée, un désir qui émerge... Cela peut être également un changement physique, une plainte somatique passée inaperçue... Pour moi, il s’agit bien d’une expertise, au-delà de compétences générales. » Stéphanie s’implique également dans les projets de réhabilitation psychosociale menés à l’extérieur de l’hôpital. « Pour certains patients, ces étapes vers le rétablissement ouvrent des champs du possible. Une sortie à la piscine ou dans un centre équestre offre en effet des moments ressourçants qui permettent aux soignants d’observer les patients dans un autre contexte et de cheminer avec eux. Bien sûr, hors des murs de l’institution, le regard des autres reste pesant quand il n’est pas fuyant. On voit à quel point la peur de la maladie mentale est encore tenace... »

**TRANSMETTRE LES VALEURS DU SOIN**

Dans l’unité Acacia, Stéphanie s’est épanouie. Engagée, elle a su prendre sa place, propose, organise et entraîne les patients dans son sillage en de nombreuses occasions : gâteaux à confectionner pour des anniversaires, décoration du service lors des fêtes de fin d’année, choix d’un film à regarder... Son mantra : stimuler sans cesse les personnes soignées pour remobiliser leur énergie et leur envie de faire. « Pendant plus d’un an et demi, je me suis également inscrite dans un projet d’équipe co-construit avec les patients. Il permet à ceux qui présentent des troubles cognitifs ou d’élocution d’identifier et d’exprimer plus facilement leur ressenti émotionnel. Nous l’avons baptisé “La fleur des

humeurs”. Ce support, qui propose six émotions primaires (joie, surprise, tristesse, colère, peur, dégoût), est à la disposition de tous les soignants. Il est utilisé par exemple lors d’une situation de crise. Une fois que le patient a globalement situé son ressenti, un imagier permet de décliner l’émotion en termes d’intensité afin de se rapprocher au plus près de son vécu subjectif. Cet outil a remporté le Prix des professionnels dans le cadre des Pépites 2023\* de l’Association hospitalière Sainte-Marie ! »

Aujourd’hui, à 47 ans, Stéphanie conserve tout son dynamisme et son enthousiasme. « Je continue d’apprendre et les patients sont mes meilleurs enseignants. Avec eux, dans la durée, rien n’est jamais acquis. Et c’est ce qui m’intéresse. Me remettre en question, réfléchir en binôme, me faire confiance, m’adapter, me permet d’avancer dans mon métier. Ici pas de routine ! » Lorsque Stéphanie accueille des élèves aides-soignants, à l’heure où l’image de la psychiatrie se dégrade un peu plus chaque jour, elle n’oublie pas la bienveillance dont elle a bénéficié lorsqu’elle était en formation. « À moi de leur transmettre les valeurs du soin, de leur insuffler la fierté du métier, de les conforter dans leur envie de soigner, et pourquoi pas d’exercer en psychiatrie ! »

**Bernadette Gonguet**  
Journaliste

1– L’aide-soignante exerce son activité sous la responsabilité de l’infirmière et en collaboration avec elle, dans le cadre du rôle propre dévolu à celle-ci. L’implantation des aides-soignantes en service de psychiatrie remonte aux années 1980, avec une valorisation progressive. Désormais, en psychiatrie, ces professionnelles, outre les fonctions d’hygiène, de restauration et d’accompagnement dans les démarches administratives, sociales et médicales, doivent aussi savoir observer et écouter ; tisser une relation de confiance avec le patient ; être vigilant et prévenir les risques...

2– 5<sup>e</sup> édition (2023) des Pépites de l’Association hospitalière Sainte-Marie. En savoir plus sur [www.ahsm.fr](http://www.ahsm.fr)