

Et la santé des assistantes sociales?

Développer le pouvoir d'agir



« Je me sentais déprimée, facilement irritable et j'avais des troubles de la mémoire... »

Sophie

Prénom d'emprunt

bénéficie d'une double formation, d'employée de commerce, puis d'assistante sociale, métier qu'elle exerce depuis près de 20 ans.

Formée à l'approche centrée sur le DPA-PC* depuis 2017.

* Développement du pouvoir d'agir des personnes et des collectivités

Sophie a fait l'expérience du mobbing. Elle dit avoir été victime de désinformation, de dénigrement, d'exclusion et d'abus de pouvoir de la part de son responsable hiérarchique direct. Elle s'est sentie impuissante, enfermée, sans savoir quelle action mener pour s'en sortir. En ont découlé *« une grande souffrance, tristesse, fatigue, désespoir. Je me sentais déprimée, facilement irritable et j'avais des troubles de la mémoire »* dit Sophie.

Suite à cette expérience, elle était prête à abandonner le métier d'assistante sociale.

Ce qui est nouveau pour Sophie, suite à la formation.

Elle est en mesure de relativiser et de comprendre que sa souffrance était en lien avec le fonctionnement de son service, qui traversait une crise; si elle le souhaitait, elle avait la possibilité de travailler ailleurs. Elle avait donc un choix possible.

« Les praticiens du social cherchent aujourd'hui à retrouver le sens de leur engagement initial au moyen d'une clarification et d'une réaffirmation des fondements éthiques, méthodologiques et politiques de leurs actions. »

Yann Le Bossé



Ce qui est important pour Sophie, afin qu'elle se sente bien et satisfaite au travail:

- Ne pas avoir de problème de santé dû au travail,
- Bénéficiaire du soutien de sa hiérarchie,
- Se sentir en cohérence avec les valeurs institutionnelles,
- Avoir des relations généralement agréables avec les collègues,
- Bénéficiaire de la possibilité de créer de la nouveauté, de faire des projets, d'exercer sa créativité.

Témoignage recueilli par Isabelle Soguel – Maître d'enseignement à la Haute école en Travail social et de la Santé, Lausanne, Suisse.

La formation a eu un impact sur le plan personnel et sur sa manière de pratiquer le métier.

Sur le plan personnel, Sophie dit avoir davantage confiance en elle: « J'ose plus m'affirmer dans un groupe, je prends plus facilement la parole, je sens avoir ma place. » Elle est généralement moins prise par ses émotions.

Par exemple, elle a osé confronter sa cheffe dans le cadre d'un colloque, affirmant son désaccord. Elle a proposé une solution concernant l'organisation du service, qui a ensuite été retenue par la direction.

Ce qu'elle fait autrement.

Face aux bénéficiaires, Sophie fait moins immédiatement ce qu'ils lui demandent de faire, afin d'éviter de renforcer leur sentiment d'incompétence: « J'essaie d'impliquer la personne, de la remettre en action; je négocie. »

La formation a également produit du changement dans sa manière d'analyser les situations: « J'ai plus de pistes pour en sortir, plus de possibilités et pour moi et pour les autres, aussi par rapport à la compréhension des situations. On réfléchit ensemble avec les éléments à disposition ».

Impacts sur sa santé

Aujourd'hui, les troubles de la mémoire ont diminué. Elle a une meilleure récupération et la déprime a disparu. Elle a retrouvé sa motivation au travail et poursuit son engagement professionnel.

Sa situation s'est améliorée au travail, notamment car elle a changé sa façon d'être: « Je pense davantage à moi; je tiens davantage compte de mes besoins. Avant, je me sur-adaptais ».

« Soumis à la pression socio-économique et à la standardisation des modalités d'accompagnement, les professionnels de l'aide ont le sentiment d'être à la fois désavoués – car leur expertise n'est plus reconnue – et démunis. »

Yann Le Bossé