



« En psychiatrie,
il faut savoir
bidouiller ! »

« Je suis ici à ma place ! »
Christiane Dalbinoe, cadre de santé à l'EPSM Maurice Despinoy (Martinique) réinvente sans cesse avec son équipe les pratiques de soin, pour donner de l'air à une psychiatrie qui a bien besoin de s'ouvrir sur le monde...

C'est dans les prétoires, comme avocate, qu'elle imaginait sa vie professionnelle. Sa licence en Droit, obtenue à Lyon, l'y conduirait, tout comme sa fougue, son amour des mots et son engagement à défendre les droits des plus faibles. Sa route semblait donc tracée. Mais quand elle rencontre son futur mari, alors infirmier, un nouveau projet voit le jour : ouvrir ensemble un cabinet de soins infirmiers en Martinique...

« UN MONDE NOUVEAU »

À 27 ans, en 1992, Christiane retourne alors sur les bancs de l'école pour trois ans avec, à la clé, l'obtention du diplôme d'État d'infirmière. « *Durant ma formation, j'entre de plain-pied dans un monde nouveau, celui de la maladie, de la douleur, des troubles somatiques, des errances psychiques mais aussi de la résilience. Je comprends très vite qu'outre l'indispensable aspect technique des soins, la relation et la parole échangée sont au cœur du métier. Cela me parle d'emblée, moi qui ai toujours été tournée vers les autres, notamment les plus vulnérables.* » Lors de ses stages hospitaliers, Christiane découvre l'univers « *aussi étrange que fascinant* » de la psychiatrie. « *En Martinique, la "folie" et les personnes qui en souffrent relèvent encore de croyances magico-religieuses. La place du sorcier, du guérisseur, le "quimbois" en créole, est ancrée dans la société. Inutile donc de "lutter contre", il faut plutôt "faire avec". Cette approche irrationnelle m'a très vite intéressée. J'ai d'ailleurs étudié la question dans le cadre de mon mémoire de fin d'études intitulé Quimbois et maladies mentales à la Martinique, un sujet alors très inédit.* »

« MAIS QUE VAS-TU CHERCHER LÀ ? »

En 1999, Christiane, 30 ans, choisit donc la psychiatrie comme terrain d'exercice dès son premier poste et ce, au grand dam de ses proches – et même de ses formateurs – qui tentent de la décourager en lui posant

toujours la même question : « *Mais que vas-tu chercher là-bas ?* »

Ce que Christiane cherche, justement, c'est une compréhension « *fine et éclairée* » des troubles mentaux, sans *a priori*, ni œillères, mais avec une ouverture d'esprit constante qui lui permet d'apprendre des patients qu'elle côtoie. « *Cette idée que la folie résultait d'un sort jeté à la personne, rendait l'accès aux soins souvent très difficile avec des retards de prise en charge et une symptomatologie plus lourde quand le patient était enfin hospitalisé. Il fallait s'engager, non pas pour changer à tout prix la façon d'appréhender la maladie mentale, mais plutôt pour évoluer dans la mouvance de l'ethnopsychiatrie en intégrant croyances et usages dans une dimension culturelle des soins. En faire une richesse, plutôt qu'un frein. Il y a parfois beaucoup de résistance au changement chez les professionnels de santé et il faut alors une belle énergie pour faire évoluer les mentalités. S'abriter derrière les habitudes et les protocoles est tellement plus rassurant...* »

De l'énergie, Christiane n'en manque pas. Toujours positive et engagée, sa motivation pour faire changer le regard sur la psychiatrie, y compris dans les rangs de ses pairs, la conduit, une fois encore en métropole, à Lyon, en 2002, pour ses études de cadre de santé à l'IFCS du Vinatier. « *J'avais en tête, poursuit-elle, que riche de ce diplôme, j'aurai plus d'autorité, d'autonomie, de poids pour initier le changement au sein des équipes soignantes et au-delà. Il fallait "ouvrir les esprits et le champ des possibles" des professionnels de santé le plus tôt possible dans le cursus de formation, et notamment dès l'accueil des étudiants en soins infirmiers qui découvriraient la maladie mentale* ».

Christiane continue de militer pour une psychiatrie qui doit trouver de nouvelles respirations, y compris hors les murs, avec en particulier le développement de la réhabilitation psychosociale au service du rétablissement. Depuis 2004, cadre de santé à l'Établissement public de santé mentale (EPSM) Maurice Despinoy (Martinique), elle gère aujourd'hui à la fois le centre médico-psychologique (CMP), le centre d'activités thérapeutiques à temps partiel (CATTP) et l'hôpital de jour (HDJ) sur le site du Lamentin. Au cœur de son équipe composée d'une quinzaine de professionnels (infirmiers, aides-soignants, ergothérapeute, éducateur spécialisé, assistante sociale), en collaboration avec la psychologue et le psychiatre, elle œuvre pour que ce collectif soignant construise une culture commune riche des compétences de chacun. « *Pour*



« Il y a parfois de nombreuses résistances au changement chez les professionnels de santé et il faut beaucoup d'énergie pour faire évoluer les mentalités... »

cela, argumente Christiane, je ne cesse de souligner l'importance du rôle propre de l'infirmier, celui qui, en autonomie, lui permet de prendre des initiatives, d'inventer, d'adapter et de s'adapter à tous les profils de patients, sans recettes préalables. En psychiatrie, il faut certes se former mais aussi savoir "bidouiller". Je tiens à proposer deux formations par an à chaque membre de l'équipe. Rien de tel pour s'oxygéner, se ressourcer, enrichir ses pratiques. La remise en question est essentielle car, il y a toujours quelque chose à trouver, à inventer, pour faire face à une situation, même la plus délicate. Ce n'est pas le plus facile, mais quelle satisfaction lorsqu'on réussit à entrer en relation avec une personne enfermée dans sa souffrance, à déjouer la violence, à tisser un lien, aussi ténu soit-il, comme le début de quelque chose qui va s'inscrire dans le temps. Il nous faut aussi sensibiliser la population sur l'intérêt de consulter dès les premiers signes de souffrance psychique. Nous avons lancé des campagnes en ce sens dans les écoles, collèges, lycées et bibliothèques. Nous organisons des journées portes ouvertes, des expositions photos. Aucun jugement de valeur n'est porté concernant les croyances locales, les personnes peuvent à la fois aller chez le guérisseur et venir au CMP ! »

« SEUL, ON VA PLUS VITE, ENSEMBLE ON VA PLUS LOIN »

Christiane souligne qu'en psychiatrie, plus qu'ailleurs, les patients nécessitent une approche « *personnalisée* » et des soins innovants. Ce travail collectif « *d'ouverture* » et de créativité fondé sur le rétablissement, qu'elle porte avec le psychiatre Medhi Zaazoua, s'exprime notamment dans les actions de l'association « *Tombolo* » (1) créée par les soignants et les usagers.

« *Au propre comme au figuré, explique Christiane, il est question d'ouvrir le chemin, de dessiner de nouveaux passages pour des prises en soin tournées vers le retour à la vie sociale, familiale, professionnelle. En service de soins de suite, par exemple, une chambre d'isolement a été transformée en*

chambre d'apaisement par les soignants et les patients. Tous peuvent venir s'y ressourcer, écouter de la musique, dessiner, et parfois déjouer la crise quand elle se profile. Ils en sortent généralement plus "légers", d'où l'idée de nommer cette démarche "La petite plume" (2). Autre initiative réussie, La Kafét-participActive (3), gérée et animée par des usagers, propose un service de restauration rapide (boissons et pâtisseries) à l'intérieur de l'établissement. Rien de mieux pour expérimenter le monde du travail ! Un pair-aidant va également bientôt rejoindre notre équipe, quant au "Village du rétablissement", il héberge d'anciens patients avant leur retour en maison individuelle ou appartement ». Soignants et soignés mènent donc ensemble des actions sporadiques ou pérennes avec l'espoir en fil conducteur. « *Il est en effet important mais aussi rassurant de croire en un monde meilleur pour la psychiatrie où la bienveillance, le partage et la main tendue restent le ciment d'une solidarité renouvelée. Si seul on va plus vite, ensemble on va plus loin* » conclut Christiane dans un sourire.

Chez cette soignante, point de plainte, « *tous les jours je mesure davantage combien je suis ici à ma place, fière de ce que je fais, bien ancrée dans mon métier* ». Et le dimanche, c'est encore en équipe, et pour le plaisir, qu'elle joue au football. Droit au but pourrait être sa devise ! Et ce sur tous les terrains.

Bernadette Gonguet
Journaliste

1– Le « *tombolo* » est un cordon littoral constitué par une levée de galets ou de sable, reliant une île au continent. L'association *Tombolo* créée par des soignants et usagers de la psychiatrie, milite pour promouvoir et incarner les principes généraux du rétablissement pour des personnes avec des troubles psychiques sévères en développant, entre autres, des outils concrets de réhabilitation psychosociale.

2– « *La petite plume* », projet primé en 2020 lors des *Rencontres Soignantes en Psychiatrie (RSP) 3^e* Prix ex-aequo, organisée par la revue *Santé mentale*
3– Lire « *La Kafét-participActive, une microentreprise gérée par les patients* », 28 février 2020, www.santementale.fr