

portrait

38

PANORAMA
PSYCHOSCOPE 10/2014

Ecouter et accompagner les parents pendant la période qui entoure la naissance d'un enfant: c'est la vocation de la psychologue FSP **Muriel Heulin** et la raison pour laquelle elle a créé un centre interdisciplinaire à Genève.

Son intérêt pour la psychologie est plutôt précoce. Alors qu'elle n'a que 14 ans, Muriel Heulin dévore déjà les ouvrages de la pédiatre et psychanalyste française Françoise Dolto. «J'étais toujours celle qui aidait et accompagnait les gens», se souvient-elle. «J'ai très tôt su que je voulais devenir psychologue pour enfants, c'était un peu ma vocation.»

Un rêve qui devient réalité

Encore à Paris à cette époque, elle y commence des études de psychologie. Et esquisse déjà l'ébauche de son futur projet professionnel. «Je lisais beaucoup de magazines pour parents et me suis rendu compte que la période de la grossesse déstabilise beaucoup les repères des gens.» Muriel Heulin commence alors à se passionner pour cette période de construction de la parentalité, si importante pour la future relation avec l'enfant. Elle rêve alors d'une structure pluridisciplinaire dans laquelle des spécialistes de la périnatalité – la période autour de la naissance, qui s'étend de la prise de décision d'avoir un enfant aux premières années après la naissance – puissent accompagner les parents et les conseiller en fonction de leurs besoins. Au début de son activité professionnelle, la jeune psychologue fait plusieurs allers-retours entre la Suisse et la France. Au gré des opportunités. Mais toujours dans son domaine de prédilection. Elle travaille notamment à la Guidance infantile et aux Hôpitaux Universitaires de Genève, puis ouvre une petite consultation sur le canton de Vaud. «Ces emplois m'ont permis de me créer un réseau et d'acquérir de l'expérience dans ce domaine-là.» Peinant à trouver un poste de travail fixe, elle se de-

mande s'il n'est pas temps de réaliser son projet. «J'en ai discuté avec des amis qui m'ont encouragée. J'ai décidé de me lancer. Et tout s'est fait de fil en aiguille.» En un temps record de six mois, le «Centre Périnatal Bien naître, Bien grandir» ouvre ses portes à Genève le 31 août 2009. «La longue gestation de mon idée a fait que le projet s'est très vite mis en place. Nous avons réussi à monter une petite équipe pluridisciplinaire de sages-femmes, diététiciennes et psychologues suivant une philosophie commune, à savoir offrir un suivi au plus près des besoins des parents durant la période de la périnatalité.» Une nouvelle offre qui connaît rapidement un grand succès, la ville de Genève offrant un contexte un peu particulier au vu du nombre de personnes qui y vivent sans avoir de famille sur place. «Les mamans sont souvent isolées et ne savent pas à qui s'adresser. La société véhicule aussi une image de la grossesse uniquement belle et merveilleuse, alors que le fait de se poser des questions et d'avoir des doutes en fait également partie. Les parents ont parfois peur qu'on les juge, alors que nous sommes justement là pour les écouter et les accompagner.»

Plein d'atouts dans leur sac

Depuis ses débuts, le centre s'est élargi sur le plan des spécialités et offre désormais une large palette de prestations: psychologie, pédopsychiatrie, ostéopathie, physiothérapie, acupuncture, etc. «Tous les professionnels sont spécialisés dans la période de la périnatalité. Nous collaborons aussi étroitement avec les gynécologues, bien que nous ayons renoncé à en avoir directement dans le centre. La plu-



Photo: SP

«Nos prestations méritent d'être mieux connues.»

part des patientes ont déjà un gynécologue qui les suit et n'en ont donc pas besoin ici.» Nombreuses sont celles qui commencent à consulter pendant la grossesse, parfois simplement à la recherche de soutien et d'accompagnement. «C'est une période particulière. Aussi pour le thérapeute, qui entre dans une certaine intimité du couple pour lui permettre de poursuivre son chemin plus sereinement, de construire une bonne relation avec le bébé. C'est extraordinaire ce qu'on arrive à faire en quelques séances seulement.» Les angoisses de la maman, la reprise du travail après l'accouchement et la séparation sont aussi des motifs de consultation. Et, plus tard, les jeunes enfants sont pris en charge pour des problèmes de sommeil, d'alimentation ou de comportement, par exemple. «Les prestations des psychologues dans ce domaine méritent d'être mieux connues», lance Muriel Heulin. «Même les médecins ne savent pas toujours s'il faut adresser les patientes et, le cas échéant, à qui. La collaboration est essentielle.» L'interdisciplinarité permet par exemple que la sage-femme adresse à la psychologue une patiente qui n'aurait jamais fait ce pas-là d'elle-même. Beaucoup de parents arrivent à bout de souffle et consultent en dernier recours, car ils ne savent plus quoi faire, par exemple en cas de troubles du sommeil chez les tout-petits. En deux ou trois séances, la psychologue arrive souvent à mettre déjà pas mal de choses en place. «Nous essayons ainsi de changer l'image du psychologue qui n'est là que pour les malades psychiques qui souffrent de troubles graves. L'occasion de montrer que nous avons plein d'atouts dans notre sac pour débloquer des situations de la vie quotidienne.»

Faire connaître les psychologues
Passionnée par son métier, Muriel Heulin fait tout son possible pour en augmenter la notoriété au sein de

la population. Depuis 2013, la psychologue répond régulièrement aux questions des lecteurs dans *Migros Magazine*. «On ne laisse pas beaucoup d'espace aux parents pour exprimer ce chamboulement qu'ils vivent au moment de devenir parents. Le journal sert d'intermédiaire et aide à démystifier le côté psychologique. Les lecteurs peuvent y écrire anonymement et je réponds de manière personnalisée. Nous écrivons aussi régulièrement des articles sur le site *bebe-bebe.com*.» Des solutions qui permettent à de nombreux parents de se rendre compte de l'aide que peut apporter un psychologue, et qui les pousseront, peut-être, à faire le pas et à venir consulter.

Trouver des ressources externes
Et Muriel Heulin ne manque pas d'idées en ce sens. Depuis plusieurs années, la jeune femme de 33 ans met aussi sur pied des «Cafés Maman-Bébé», pour aider les mamans isolées à trouver des ressources externes, sans que ce soit trop intrusif. «Une fois par mois, nous proposons une rencontre lors de laquelle nous donnons des trucs et astuces sur des problématiques comme l'alimentation ou le sommeil du bébé en fonction des besoins des parents.» Une offre qui, pour répondre à la demande, existe même depuis cet automne en version anglophone et risque bien de se décliner en version «papas». «J'ai beaucoup d'idées, c'est le temps qui manque un peu pour les concrétiser.» La psychologue a notamment créé l'association Périnatalys dont le but est de soutenir financièrement des parents qui n'ont pas les moyens de financer des prises en charge en périnatalité. Et elle songe éventuellement, dans un avenir plus ou moins proche, à exporter son concept pour répondre aux demandes des parents d'autres cantons.

Auréliе Despont

Zusammenfassung

Schon im Alter von 14 Jahren konnte sich Muriel Heulin an den Werken der französischen Kinderärztin und Psychoanalytikerin Françoise Dolto kaum sattlesen. Während dem Psychologiestudium entdeckte Muriel Heulin ihr Interesse für die Entstehung der Elternschaft, eine Phase, die für die spätere Beziehung mit dem Kind entscheidend ist. Dabei keimte bereits die Idee für ihre zukünftige berufliche Tätigkeit: eine multidisziplinäre Struktur, in der Fachkräfte aus dem perinatalen Bereich Eltern begleiten und beraten.

Aufbau eines Netzwerks

Mit dem Eintritt in das Berufsleben begann die Psychologin, ihr Netzwerk zu bilden. Zunächst arbeitete sie mit Kindern in der «Guidance infantile» und am Universitätsspital Genf, später eröffnete sie eine eigene Praxis im Kanton Waadt. Als sie keine feste Arbeitsstelle fand, dachte sie wieder an ihr Projekt. Nach rekordverdächtigen sechs Monaten wurde das Perinatal-Zentrum «Bien-être, Bien grandir» am 31. August 2009 in Genf eingeweiht. Das neue interdisziplinäre Angebot erfreute sich schnell grosser Beliebtheit.

Viele Asse im Ärmel

«Der Therapeut oder die Therapeutin hilft dem Paar, den Weg gelassener anzugehen und eine gute Beziehung zum Baby aufzubauen.» Konsultationsgründe gibt es viele: die Ängste der Mutter, die Wiederaufnahme der Arbeit nach der Entbindung oder Schlaf- und Ernährungsprobleme beim Kind. «Die Arbeit der Psycholog(inn)en in diesem Bereich ist zu wenig bekannt», so Muriel Heulin. «Manchmal wissen sogar die Ärzt(inn)en nicht, ob Patient(inn)en an einen Psychologen beziehungsweise eine Psychologin verwiesen werden sollen oder nicht. Deswegen ist eine Zusammenarbeit sehr wichtig.» Die Psychologin FSP setzt alles daran, um den Bekanntheitsgrad ihres Berufs zu steigern. Seit 2013 antwortet sie etwa regelmässig auf Leserfragen im *Migros-Magazin* und hofft, den Menschen die Arbeit der Psycholog(inn)en näherzubringen.