

Deux activités passionnantes

Pouvoir travailler dans les deux domaines qui la passionnent, voilà le quotidien de Laurence Dispaux, psychologue à l'Ecole hôtelière de Lausanne et sexologue à Profa et en pratique privée. En effet, elle a réussi à allier ses deux intérêts pour le couple et pour les jeunes adultes dans ses activités professionnelles.

Depuis toute jeune, Laurence Dispaux a connu de nombreux déménagements et différents pays. En effet, en raison des activités professionnelles de son père qui l'obligent à de nombreux déplacements, elle quitte, à l'âge de 7 ans, sa Belgique natale pour la France où elle reste 2 ans. Puis, la famille part pour 2 ans en Allemagne. Elle traverse ensuite l'Atlantique pour vivre 4 ans aux Etats-Unis. A 15 ans, Laurence Dis-

paux et sa famille reviennent en Europe, en Angleterre, pour une période de 3 ans. Puis, ses parents déménagent en Suisse, où la jeune fille leur rend visite pendant l'été; elle décide d'y rester et d'y commencer l'université. Maintenant, cela fait plus de 14 ans qu'elle s'est établie en Suisse. Peut-être que ce n'est pas tout à fait un hasard si Laurence Dispaux travaille, en tant que psychologue, à l'Ecole hôtelière de Lausanne (EHL). Effectivement, l'EHL accueille plus de 1400 étudiant(e)s de 75 nationalités différentes. Mais retour sur le parcours de notre psychologue.

Son choix pour la psychologie

C'est en Angleterre que Laurence Dispaux entre en contact avec le domaine de la psychologie, dans la *High School* internationale où elle achève ses études secondaires. «C'était le cours le plus intéressant au niveau du contenu; je l'ai fait aussi par curiosité, car je n'avais aucune idée, à l'époque, de ce que j'allais faire par la suite.» Lorsqu'elle arrive en Suisse, elle prend des cours de français. «Pour me remettre un peu dans la langue et évaluer si je pouvais rester en Suisse», précise-t-elle. En 1991, elle

s'inscrit à l'Université de Lausanne. «Je savais que les universités de Lausanne et de Genève avaient une bonne réputation en psychologie.» Et c'est en fin de première année que Laurence Dispaux va prendre conscience de ce qu'elle va faire avec la psychologie. «J'avais un professeur qui nous a parlé de couples et de transactions de couple. Quel est le rôle de la femme lorsque son mari est dépressif? Comment les rôles vont-ils s'ajuster et se réajuster lorsque son mari se portera mieux? Toutes ces questions sur l'importance du contexte et des interactions m'ont interpellée, et c'est à ce moment-là que j'ai su que je voulais travailler plus tard avec des couples. Pour moi, c'était clairement une approche systémique.»

Portrait

Laurence Dispaux,
Psychologue à l'EHL et
sexologue à Profa

En première année, dans un séminaire, elle participe à un travail de groupe sur les adolescents et les jeunes adultes. «J'ai trouvé la problématique très intéressante et je me suis imaginée travailler soit sur le couple soit sur les adolescents et les jeunes adultes.» Actuellement, de par ses deux activités professionnelles, Laurence Dispaux se retrouve dans une position idéale, car elle travaille avec les deux groupes.

Premier «vrai job»

En 1993, la future psychologue obtient sa demi-licence et continue sa formation à l'Université de Genève où elle décroche, deux ans plus tard, sa licence. Elle enchaîne directement avec un diplôme, qu'elle reçoit en 1997. «Le professeur Nicolas Duruz, lors de ses cours, nous avait parlé des couples, et cela m'a fascinée!» Cela l'amène à faire deux stages durant les étés de 1994 et 1995 à Palo Alto en Californie, dans un centre où a été élaborée l'approche systémique. «Ces deux séjours m'ont confirmée dans mes choix de l'approche systémique.» Durant son diplôme, elle a la chance de faire deux

stages d'un an chacun au Centre d'Etude de la Famille à Lausanne.

Parallèlement à ces stages, elle débute un assistantat à l'Université de Genève en psychologie de l'éducation. Loin de s'arrêter, elle effectue aussi divers ateliers de formation, un stage dans un foyer pour adolescents et un stage de sexologie. «C'est ce qui m'a permis de travailler avec les couples dès 1997 à Profa et d'y être nommée comme sexologue en 1999. C'était mon premier "vrai job" de clinicienne!»

Intérêt pour le couple

Après l'université, Laurence Dispaux entame sa première formation, qu'elle suit à l'Institut de Perfectionnement, et obtient un diplôme en interventions systémiques. Par la suite, elle fait une formation continue à l'Université de Lyon en sexualité humaine et reçoit son diplôme en 2003. Entre deux, elle obtient aussi son diplôme de conseillère conjugale et, pendant quelques années, cumule prises en charge sexologiques et conseil conjugal. «Actuellement, je fais une formation en approche sexocorporelle, ainsi qu'une deuxième formation approfondie en systémique.» Dans le cadre de son travail à Profa, depuis 9 ans, elle se consacre essentiellement à la thérapie de couple et à la sexologie. La psychologue estime que la société est bien informée sur ce qui a trait à la sexualité. «Les gens reçoivent beaucoup d'informations, mais, de ce fait, ils ont aussi beaucoup d'exigences vis-à-vis d'eux-mêmes ou de leur partenaire. Ce qui peut entraîner des insatisfactions et des répercussions au niveau de l'entente du couple.» Elle ajoute: «Les clients viennent avec une demande relativement bien formulée, en général axée sur un symptôme précis. Ils consultent d'eux-mêmes ou envoyés par des médecins, pour des problèmes très divers comme l'éjaculation rapide, les troubles érectiles ou pour l'absence de désir. Les femmes viennent également pour des dyspareunies, c'est-à-dire des douleurs lors des rapports, ou même un vaginisme, c'est-à-dire une impossibilité d'avoir des rapports.»

Photo: ldd



La plupart des prises en charge se font avec les deux partenaires. «Je trouve l'approche de couple très pertinente, car le trouble sexologique s'inscrit forcément dans un contexte relationnel; cette dynamique elle-même va ressentir les impacts du travail sur le symptôme. Par contre, il m'arrive aussi de travailler avec des personnes seules, en prise en charge individuelle. Dans ces cas, j'emploie une approche dite sexocorporelle.»

Nouveau poste

L'autre partie de son activité, la psychologue la consacre à l'École hôtelière de Lausanne (EHL). Le poste de psychologue à l'EHL est relativement récent. En effet, lorsque Laurence Dispaux postule pour ce poste, en 2001, l'École hôtelière vient de le créer; l'effectif venait de passer, en cinq ans, de 500 à 1400 élèves. «L'École a constaté qu'il y avait des gens qui étaient perdus dans la masse et qui pouvaient avoir des difficultés que personne ne voyait. Certains étudiants avaient de bonnes notes en début d'année et tout à coup, en fin d'année, ils se retrouvaient en situation d'échec. Pourquoi ? Personne ne le savait. Il y a bien eu quelques professeurs qui ont essayé d'être proches des étudiants et de leur apporter un soutien, mais ils se sentaient parfois démunis, car ils n'étaient pas formés pour cela et ils n'avaient pas le temps», raconte Laurence Dispaux.

Le début

Au départ, il s'agissait de tout créer, de mettre en place le cadre de son activité, de l'introduire dans la culture de l'école, de construire un réseau dans l'école et surtout à l'extérieur, afin de faire face aux demandes: demandes d'aide thérapeutique, gestion de crises, conflits de groupes, mais aussi entretiens de sélection pour l'admission aux études, après la sélection sur dossier. Par la suite, en raison de la demande toujours croissante des étudiants, son taux d'activité est augmenté et elle demande la possibilité d'engager une stagiaire. Sa demande se concrétisera par l'arrivée d'une première stagiaire psychologue

en 2004, opération renouvelée l'année suivante.

Ses différentes activités

En plus des entretiens, Laurence Dispaux fait aussi de la prévention. Dans ce but, un comité a été créé et organise diverses actions de prévention, notamment pour les questions liées au sida, aux drogues, à l'alcool, au tabagisme ou encore aux troubles alimentaires. La psychologue a aussi mis sur pied un groupe d'étudiants, plus âgés, dont l'objectif est de coacher les nouveaux venus. «Ces étudiants sont sur le campus pour être à l'écoute des autres étudiants, le soir, le week-end. Des "gardes" sont organisées. Je forme ces étudiants à l'écoute et ils reçoivent aussi une formation aux premiers secours», explique-t-elle, et de continuer: «Les étudiants plus jeunes peuvent les appeler n'importe quand, le soir, le week-end, pour parler, demander des conseils, etc...»

Laurence Dispaux remplit un rôle de soutien, car il lui arrive de recevoir, dès les premiers jours d'un semestre, des étudiants qui ont un doute sur le choix de l'école. «Ensuite, au cours du semestre, d'autres questions, d'autres troubles peuvent survenir à n'importe qui, comme la dépression, les troubles anxieux ou encore des problèmes liés à la famille. Il s'agit de mettre des mots et un sens sur leur désarroi, de formuler des hypothèses. Et en période d'exams, d'aider à gérer le stress.»

Prévus et imprévus

Il faut être très disponible, car il lui arrive de temps à autre de devoir travailler les week-ends. «Par exemple, chaque semestre, lors des journées portes ouvertes, je suis présente le samedi. Il y a aussi l'accueil des nouveaux étudiants, qui se fait un dimanche, ou encore la consultation des examens, un week-end lors duquel les étudiants qui ont échoué leurs examens ont accès à leurs épreuves. Je tiens à être présente, car c'est un moment de grande émotion, souvent de désespoir, en fonction des enjeux que chaque étudiant a mis dans ses études.» Tout cela

représente en moyenne une dizaine de week-ends par année. Il ne faut pas perdre de vue que l'École hôtelière de Lausanne fonctionne au rythme hôtelier et que les week-ends font partie intégrante du rythme de travail. C'est ce que Laurence Dispaux nomme les choses planifiées par opposition aux imprévus qui demandent quelquefois encore plus de disponibilité. «La dernière fois que j'étais en vacances, en Belgique, on m'a téléphoné un samedi matin pour m'annoncer un décès; il a fallu rentrer d'urgence.»

Peut-être pas un hasard

Lorsqu'on entend Laurence Dispaux, on se dit que ce n'est peut-être pas par hasard si elle travaille à l'EHL. «Je me retrouve dans une école où tout le monde a beaucoup voyagé, où tout le monde est déraciné, ce qui était mon cas à leur âge. Je suis dans un environnement familial; j'ai toujours été dans un milieu international, et je peux comprendre ce que vivent les étudiants», dit-elle. Elle entretient avec eux de bons rapports et les contacts se font avec beaucoup de respect. D'ailleurs, elle souligne que les étudiants «sont des gens intéressants, curieux intellectuellement, dynamiques, polyvalents et empathiques» ! Les échanges qu'elle a avec eux lui apportent énormément, et elle relève aussi le plaisir de pratiquer son métier dans un milieu bilingue, où la moitié des étudiants consultent en anglais.

Laurence Dispaux avoue être, quelque part, une privilégiée, car elle peut travailler dans les deux domaines qu'elle affectionne particulièrement, le couple et les jeunes adultes. Deux domaines différents et deux manières différentes aussi d'aborder les choses. Malgré un emploi du temps bien rempli – elle voit aussi quelques couples en pratique privée –, Laurence Dispaux trouve quand même des moments pour se consacrer à la lecture, faire des balades avec son chien et pratiquer du sport, notamment le vélo et le ski de fond.