



**Je réalise  
mon rêve**

**Je me lance pour  
devenir  
thérapeute**



## Sophie

Bonjour ! Je m'appelle Sophie, j'ai 45 ans. J'ai travaillé toute ma vie pour des **institutions internationales, notamment les Nations-Unies**, sur le terrain. Et j'ai eu envie de changer complètement de voie, j'ai toujours été très intéressée par la psychologie, donc je suis maintenant en deuxième année avec IEPRA. C'est une formation très épanouissante. Ça m'a permis de faire énormément de progrès sur ma vie personnelle, sur ma vie professionnelle aussi et, puisque je continue aussi mon travail à côté, sur ma vie familiale, c'est le plus important. C'est une formation très épanouissante où j'apprends énormément, c'est très stimulant aussi intellectuellement. Je suis déjà en mesure d'aider les gens que ça soit à la fois des amis ou des personnes qui viennent pour des conseils particuliers.

## Irène

Je m'appelle Irène, j'ai 39 ans. Je suis Suisse. J'ai une **formation juridique**. A l'université, j'avais hésité de faire psychologie, je ne l'ai pas fait, mais c'est un désir qui est resté en fait présent depuis toujours. Et là, je cherchais une formation qui ne soit justement pas de type universitaire, qui ait vraiment des outils très pratiques, très concrets pour aider les gens. Je sais que pour avoir quelqu'un dans ma famille qui a côtoyé le milieu psychiatrique, les psychologues, je sais qu'il y a beaucoup de choses qui manquent à ces professions. Je ne pensais pas vraiment que ça existait, une formation qui soit centrée sur la personne, sur la relation et surtout sur le cœur, où il y a vraiment les choses qui passent par le cœur et dans la compassion. Et quand j'ai vu que ça existait, eh ben je me suis dit, "mais ce n'est pas possible, c'est juste un cadeau". Et donc, je me suis inscrite vraiment sans hésiter, même sans trop réfléchir, voilà c'était... j'avais réfléchi déjà depuis longtemps, mais enfin quand j'ai vu, je me suis dit, "c'est vraiment ça".

Je suis très heureuse de faire cette formation parce que ça répond vraiment à mes attentes, c'est du haut niveau. Ce n'est pas facile à un certain moment. Le premier cours, ce qui s'est passé en moi, c'était énorme. Et bon je dois dire que ça m'aide vraiment moi aussi au quotidien et spécialement en ce moment où j'ai des choses difficiles que je vis dans ma famille, où je suis vraiment contente d'être accompagnée, de savoir ce que je sais aujourd'hui, d'avoir les outils que j'ai appris pour y faire face simplement pour moi m'aider à traverser cette période et aussi aider mes proches pour le moment. Donc voilà, c'est vraiment un cadeau pour moi.

## Catarina

Je suis Catarina, j'ai 41 ans et je suis **éducatrice spécialisée**, mais je n'ai pas fait que ça dans ma vie, j'ai été danseuse, j'ai eu une école de danse et puis vers les 30 ans j'ai eu envie de

travailler en contact avec les gens. Plutôt dans la relation d'aide, donc j'ai beaucoup réfléchi de ce que je voulais faire si c'était psychologue, assistante sociale ou éducatrice. Et puis finalement, c'était le terrain que j'avais envie. Et puis voilà, ça fait à peu près une dizaine d'années. Et puis à un moment donné où je me suis dit, "il me manque quelque chose" où j'avais l'impression de manquer d'outils et manquer de quelque chose qui fasse déclencher quelque chose aux jeunes avec lesquels je travaille tous les jours. Et donc voilà, j'ai atterri dans la formation.

Alors, qu'est-ce qui a bougé le plus ? Plein de choses. Je suis quelqu'un de très très très dans le contrôle. Et en fait, ce qui, je pense, est encore en train de bouger, c'est le lâcher prise et c'est vraiment faire confiance à l'autre, c'était quelque chose où j'avais un peu de mal, où je reste très scolaire tout le temps et donc ça c'est quelque chose que je contrôle et je suis bien à l'aise dedans. Mais une fois qu'on part dans les émotions, c'est quelque chose dont je n'ai pas eu l'habitude dans toutes mes formations même celles d'éducatrice. Et même à l'université où j'ai suivi aussi des cursus en psychologie, on n'est pas du tout dans le même registre. Et j'ai pu voir sur moi-même qu'en restant « en haut » et ne pas allant « en bas », ça n'aide pas beaucoup. Pour moi, j'ai pu me rendre compte qu'il y a beaucoup de choses que je pensais avoir réglé et qui ne sont pas réglées.

Alors ça, c'était ma crainte tout au début, c'était d'avoir en face de moi des gurus, des charlatans, et finalement je me suis rendu compte que c'était des théories, des outils pratiques qui étaient vraiment complètement utiles et en même temps que j'avais affaire à des personnes très humaines et c'est ça qui m'a vraiment fait l'envie de rester. Moi, je dirais "il faut sauter dessus". C'est vraiment l'occasion de pouvoir s'améliorer dans tous les sens du terme. Que ça soit au niveau émotionnel, que ça soit même au niveau familial, personnel, et surtout au niveau professionnel ! Je dis, "il ne faut pas hésiter, il faut foncer".