

<b>Zeitschrift:</b>	Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile
<b>Herausgeber:</b>	Spitex Verband Schweiz
<b>Band:</b>	- (2019)
<b>Heft:</b>	6
<b>Artikel:</b>	"J'évite à tout prix de mettre des étiquettes"
<b>Autor:</b>	Guéry, Flora
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-928266">https://doi.org/10.5169/seals-928266</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

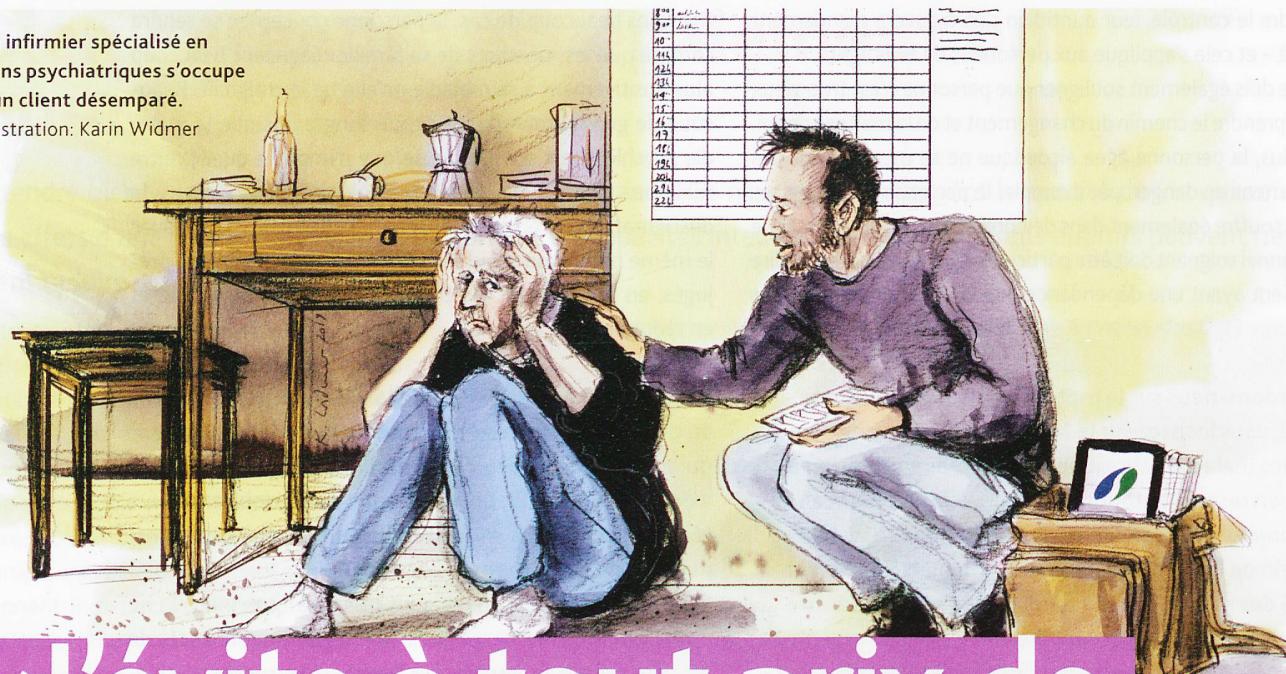
### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Un infirmier spécialisé en soins psychiatriques s'occupe d'un client désemparé.  
Illustration: Karin Widmer



# «J'évite à tout prix de mettre des étiquettes»

Frédéric Catala est infirmier spécialisé en soins psychiatriques ambulatoires au sein de NOMAD (Neuchâtel organise le maintien à domicile): un métier qu'il trouve passionnant. Sur le terrain, il doit faire preuve d'écoute, de compréhension, de patience et de tact. L'important pour lui est de rester dans le non-jugement en tenant compte des histoires particulières de chaque personne qu'il suit à domicile.

«C'est un métier à la fois fantastique et nécessaire.» Frédéric Catala, jeune papa de 44 ans, est infirmier en soins psychiatriques ambulatoires. Passionné par son métier, il ne s'est jamais autant épanoui sur le plan professionnel que depuis qu'il exerce sa profession au sein de NOMAD (Neuchâtel organise le maintien à domicile). Au-delà de se sentir utile, il retire un enrichissement personnel en échangeant avec les personnes qu'il accompagne à domicile, parfois durant plusieurs années. «Nous essayons d'aider les gens à progresser et, à leur contact, nous finissons nous aussi par progresser. Ce n'est pas à sens unique», affirme le spécialiste en psychiatrie. Dans son travail quotidien, Frédéric Catala est néanmoins confronté à des histoires de vie difficiles, où différentes problématiques peuvent s'entremêler – qu'il s'agisse de psychoses (schizophrénie, paranoïa), névroses (dépres-

sion, phobies, états anxieux), états intermédiaires limites (troubles de la personnalité, maladies maniaco-dépressives, addictions), démences ou encore problèmes psychosociaux. Selon lui, l'essentiel est d'être dans le non-jugement. «J'évite à tout prix de mettre des étiquettes. Chaque personne a une histoire particulière», insiste celui qui est employé par NOMAD depuis trois ans. «Dans le cadre de nos interventions, nous avons souvent affaire à des situations mixtes dans lesquelles les personnes ont besoin à la fois de soins somatiques et psychiatriques», précise-t-il.

## Un travail en réseau

C'est le cas du sexagénaire rencontré en ce mercredi matin du mois d'octobre au Locle. Monsieur Moreira\* éprouve des difficultés sur les plans physique et psychologique.

Opéré en 2016 d'un cancer de l'estomac, le retraité est également atteint de troubles cardio-vasculaires. «Avec les épisodes d'alcoolisation qu'il connaît en ce moment, il se met clairement en danger», indique Frédéric Catala. Avant d'ajouter: «La limite du maintien à domicile, c'est quand la personne représente un danger pour elle-même ou pour les autres.» L'infirmier s'occupe du suivi psychiatrique de Monsieur Moreira depuis un mois. Son intervention a été sollicitée en raison du renvoi du Loclois d'un établissement spécialisé dans le traitement des addictions. Là-bas, le personnel n'est pas parvenu à cadrer sa consommation d'alcool. «Nous allons devoir statuer sur les intentions de ce monsieur qui n'apparaissent pas réalistes pour le moment au vu de sa condition actuelle, physique et financière. Il y a une ambivalence entre sa volonté d'intégrer un logement en ville et le fait qu'il ne se donne pas les moyens d'atteindre cet objectif», relève Frédéric Catala. Pour chaque client, son but consiste avant tout à instaurer un lien de confiance. «En psychiatrie, la relation représente 80 % du travail. Vous pouvez mettre en place n'importe quelle thérapie, si vous n'avez pas établi une relation de confiance, il n'y aura pas de résultat.»

La visite se déroule dans un studio modestement meublé de l'Armée du Salut. La télévision est allumée et le lit encore défait. Frédéric Catala s'enquiert de l'état de santé de son client à la vue de ses yeux rougis et de ses mains tremblantes. Il est inquiet: celui-ci n'a rien mangé depuis la veille à midi. Tous deux prennent place autour d'une table basse sur laquelle se trouvent un morceau de pain sec, un briquet, un verre vide et un vieux mouchoir imprégné de vin rouge. Assis l'un en face de l'autre, les deux hommes discutent sereinement. Outre sa perte d'appétit, les problèmes de dépendance à l'alcool de Monsieur Moreira sont évoqués. Conscient de sa maladie, ce dernier réaffirme son souhait d'arrêter de boire afin d'éviter un retour en institution. Frédéric Catala lui rappelle qu'un sevrage alcoolique peut induire des risques et nécessite un encadrement spécialisé. Le professionnel des soins insiste sur le fait qu'il ne veut pas infantiliser son interlocuteur: «En tant qu'adulte, vous êtes responsable et acteur de votre santé.»

Quand on lui demande de parler de lui, Monsieur Moreira explique qu'il est originaire du Portugal et vit en Suisse depuis plus de quatre décennies. Il est divorcé et père de jumeaux aujourd'hui âgés de 40 ans. «Je suis un bon type, un travailleur», assure timidement celui qui a été employé dans les secteurs de l'agriculture et de l'électricité. «Vous êtes effectivement un bon type, qui ne se met jamais en

colère et qui aime rencontrer des gens», lui sourit Frédéric Catala. Après une heure d'échanges, tous deux se quittent dans la perspective de se revoir dans le cadre d'un réseau, à savoir une rencontre où seront également présents plusieurs professionnels en charge du suivi de Monsieur Moreira, notamment son médecin traitant, son curateur, son psychiatre et l'infirmière référente de son cas. Ensemble, ils chercheront une solution pour la suite.

### L'importance de l'expérience

Après chaque intervention, le spécialiste en psychiatrie est chargé d'alimenter le dossier électronique du client au moyen de transmissions.

«C'est une tâche administrative contraignante, mais indispensable.» Ce transfert d'informations médicales – qu'il peut effectuer depuis sa tablette – est nécessaire pour la coordination des soins et pour un suivi adéquat par l'équipe de psychiatrie ambulatoire de NOMAD. Constituée de six

personnes (pour près de quatre équivalents plein temps), celle-ci couvre une région s'étendant de La Chaux-de-Fonds jusqu'au Val-de-Travers en passant par Le Locle. En 2016, la mise en place d'un concept de soins psychiatriques propre à l'institution neuchâteloise a permis au service de psychiatrie de fonctionner de manière autonome et de faire évoluer la pratique sur le terrain. Depuis, les spécialistes en psychiatrie n'ont plus besoin de jongler entre des prestations en soins psychiatriques et en soins somatiques. «Notre activité est désormais centrée sur les soins psychiatriques», félicite Frédéric Catala.

Pour être autorisé à effectuer une évaluation des besoins en soins psychiatriques ambulatoires, les employés de l'Aide et soins à domicile doivent non seulement posséder une formation supérieure en psychiatrie, mais aussi deux ans de pratique professionnelle, car l'expérience est essentielle dans ce domaine. Le contrôle de ces conditions préalables est réalisé par les caisses-maladie. Aide et soins à domicile Suisse, Santésuisse et l'Association suisse des infirmières et infirmiers (ASI) mettent par ailleurs à disposition de leurs membres une commission commune qui examine les demandes d'autorisation (voir aussi l'interview pp. 15–23). Frédéric Catala, lui, a d'abord connu un parcours atypique avant de se spécialiser. «Après l'obtention de mon bac en France, j'ai fait mon service militaire, puis je suis parti voyager», raconte le quadragénaire. Lorsqu'il rentre dans son pays d'origine, c'est pour travailler à l'usine afin de gagner de l'argent et repartir à l'étranger. A l'approche de la trentaine, il finit par consulter une conseillère d'orientation qui

**«La limite du maintien à domicile, c'est quand la personne représente un danger pour elle-même ou pour les autres.»**

Frédéric Catala



**«Nous bénéficions de la supervision d'un psychiatre, ce qui apporte une plus-value à notre travail.»**

Frédéric Catala

le dirige vers les métiers des soins. Il intègre alors l'école de la Croix-Rouge française à Lons-le-Saunier pour une formation de trois ans et demi. C'est à l'école d'infirmières qu'il rencontre sa future compagne. Une fois leur diplôme en poche, ils partent ensemble exercer leur métier sur l'Île de la Réunion dans le domaine de l'addictologie. Après plusieurs expériences professionnelles enrichissantes en Afrique et en Asie, ils viennent travailler en Suisse, au Centre neuchâtelois de psychiatrie, sur le site de Perreux. De retour en France pour des raisons familiales, ils se mettent à leur compte. Mais bientôt, l'envie d'enrichir leur bagage professionnel reprend le dessus. Le couple traverse une nouvelle fois la frontière et effectue plusieurs missions intérimaires, dont l'une au Réseau fribourgeois de santé mentale. Fort d'une solide pratique professionnelle, Frédéric Catala obtient finalement la certification de spécialiste en soins psychiatriques et est embauché par NOMAD en 2016.

#### La nécessité de faire preuve de tact

Outre ses fonctions de spécialiste de terrain (60 % de son taux d'activité) et de coordinateur du réseau psychiatrique de l'institution neuchâteloise (20 %), il intervient également ponctuellement lors de colloques-clients sur demande de l'équipe soignante. Son expertise y est sollicitée vis-à-vis de cas compliqués voire empreints d'agressivité. «Je reste convaincu que la première ressource du groupe, c'est le groupe lui-même, c'est-à-dire l'intelligence collective. En tant qu'intervenant, mon but est d'encourager les soignants à échanger sur leurs pratiques pour qu'ils puissent accomplir par la suite le soin de manière adaptée.» Une fois par mois, Frédéric Catala anime par ailleurs un réseau avec l'ensemble des infirmiers en psychiatrie du canton travaillant pour NOMAD. «Cette rencontre nous permet de discuter de nos approches respectives. Nous

bénéficions aussi de la supervision d'un psychiatre, ce qui apporte une plus-value à notre travail.»

A l'heure actuelle, Frédéric Catala suit une quinzaine de clients. Si le professionnel de la santé apprécie aujourd'hui à ce point son métier, c'est parce que celui-ci le pousse sans cesse dans ses retranchements en termes de tolérance, de patience et de compréhension. Lors de ses interventions, il doit faire face à toutes sortes d'émotions, comme la nostalgie, la tristesse ou la colère. Il arrive notamment que certains clients s'emportent à l'évocation de leur maladie mentale, car ceux-ci se trouvent dans le déni. Dans ces cas-là, Frédéric Catala ne travaille pas sur leur diagnostic, mais sur leurs symptômes. Il cherche alors à leur faire prendre conscience de certaines problématiques – comme leur isolement social – tout en préservant la relation établie. Un exercice qui exige du tact et que l'infirmier a appris à maîtriser avec le temps. Et grâce à la répétition et à l'habitude, les personnes suivies finissent en général par s'ouvrir et à se laisser prodiguer des conseils: «Elles comprennent que nous ne sommes pas là pour leur faire du mal et qu'elles peuvent nous faire confiance.»

#### Peine et succès

L'employé de NOMAD souligne un point primordial: la particularité de l'échelle du temps. «Nous ne pouvons pas nous dire qu'un cas va être bouclé en trois mois. Tout dépend de l'évolution de chaque personne.» Dans une situation de deuil, par exemple, son intervention est temporaire. «Dans le cas de maladies chroniques, ce que nous cherchons à éviter, c'est la réhospitalisation de la personne», précise-t-il. Le spécialiste de terrain évoque les liens qui se créent de façon inéluctable au fil des séances. Pour illustrer ses propos, il prend l'exemple d'une cliente d'une cinquantaine d'années au passif de toxicomane qu'il a suivie durant une longue période. Séropositive, elle était atteinte d'un cancer. «Pourtant, elle avait une force de vivre incroyable», se souvient-il. Et de confier: «On a beau savoir qu'il faut se blinder et garder une distance professionnelle, son décès m'a beaucoup affecté.»

Pour finir sur une note plus joyeuse, Frédéric Catala parle de sa relation avec un client de longue date et qui fonctionne très bien. Au début de ses visites, cet homme atteint d'un trouble bipolaire se trouvait dans un état d'obésité morbide. Pesant 180 kilos, il a réussi à perdre 40 kilos en une année. Allant mieux physiquement dans un premier temps, il a ensuite commencé à souffrir de douleurs aiguës en raison d'une bactérie apparue après une intervention chirurgicale. Son rétablissement a pris du temps. «Mais aujourd'hui, il a progressé à tous les niveaux, ce qui a permis de réduire son traitement médicamenteux», s'enthousiasme Frédéric Catala.

Flora Guéry

\*Nom changé par la rédaction