



Sylvie Ullmann, la psy pour tous

En 2005, Sylvie Ullmann, psychologue de 52 ans, a fondé l'Epoc. Une structure de soutien et de suivi thérapeutique unique en son genre. Située à Paris, elle accueille gratuitement et tous les jours de l'année des personnes en souffrance psychique et sociale. Portrait d'une psy pas comme les autres.

Cyrielle Bert

Sommaire

- [Cultiver la différence](#)
- [Aller vers les patients](#)
- [Rompre l'isolement](#)
- [Trop de psys et pas assez de patients](#)
- [Son credo : l'exigence](#)
- [Une place à part](#)
- [Un désir décidé](#)

Elle travaille sept jours sur sept. Ne quitte jamais son portable et est en permanence par monts et par vaux... Aucun doute, Sylvie Ullmann est une bosseuse. Une passionnée de son travail qui ne fait pas les choses à moitié. Il y a six ans, cette psychologue clinicienne de 52 ans a fondé l'Epoc (L'espace psychanalytique d'orientation et de consultations). Un espace d'accueil et de suivi thérapeutique au concept unique en France. Situé dans le très populaire 19^{ème} arrondissement de Paris, il est destiné à toutes les personnes en difficulté psychique et sociale (chômeurs, parents isolés, personnes en situation de maltraitance...), ayant besoin d'un soutien psychologique à court ou à long terme. Sa particularité ? Gratuit, il est ouvert tous les jours de la semaine, tout au long de l'année. Et se veut particulièrement facile d'accès : « nous recevons avec ou sans rendez-vous et lorsque nous en fixons un, c'est toujours dans la semaine. Jamais au-delà. Car, ici, c'est le lieu qui s'adapte à la personne et non le contraire ». Situé au rez-de-chaussée, l'Epoc donne également directement sur la rue. « Ce qui facilite la venue de nombreuses personnes qui, sans cela, n'auraient jamais consulté un psy. Ici, il n'y a qu'à pousser la porte ! » Les maîtres mots de ce lieu qui a décidé de « prendre à l'envers le fonctionnement des structures de soins classiques » : « disponibilité, souplesse et présence ».

Cultiver la différence

A l'Epoc, on cultive la différence. Une différence qui passe, en premier lieu, par la décoration, chaleureuse et accueillante. Accrochée à la poignée de la porte d'entrée, une clochette prévient de l'arrivée de chaque

nouveau patient. A l'intérieur, pas de mobilier administratif, mais plutôt de larges fauteuils en rotin, des meubles en bois, des paravents japonais, une lumière tamisée... « Créer un lieu agréable et apaisant a été mon souci dès le départ, explique Sylvie. D'ailleurs, la plupart des personnes qui viennent ici le signalent. Pour elles, c'est important d'être reçues dans un endroit qui soit aussi différent d'un point de vue esthétique... »

Aller vers les patients

Dates clés

1958 : naissance de Sylvie à Paris

2005 : elle fonde l'Epoc

2007 : l'association est lauréate nationale du prix S'unir pour agir, décerné par la Fondation de France

2008 : ouverture d'un second espace dans le 19^{ème} arrondissement (Paris)

Autre singularité : à l'Epoc, tout le monde est accepté. « Aujourd'hui, dans les structures classiques, c'est souvent très cloisonné. On s'adresse à telle tranche d'âge ou alors seulement aux toxicomanes, aux anorexiques... Nous, nous recevons tous les gens qui frappent à notre porte : adolescents ou adultes, habitants du quartier ou banlieusards, chômeurs ou salariés... Ce qui donne une grande diversité. » Parmi les patients accueillis, beaucoup sont très isolés. Certains ont des problèmes familiaux ou conjugaux. D'autres sont en situation de violence, de maltraitance... « Les maux sont très divers. Tout comme les réponses que l'on y apporte. »

Pour écouter et soutenir les patients, une vingtaine de praticiens : psychologues cliniciens, psychiatres et psychanalystes. Tous d'orientation analytique et presque tous bénévoles. « Mais quand une personne vient à l'Epoc, elle ne sait pas qui elle va rencontrer, sauf si elle en fait la demande. Ici, on vient voir un intervenant. C'est beaucoup moins stigmatisant que de se dire 'je vais voir un psy' ». Et pour les patients ne pouvant se déplacer ou reclus chez eux, la structure a développé, depuis 2010, un service d'appui psychologique à domicile. « Nous n'attendons pas que les personnes viennent vers nous, nous allons aussi vers elles ».

Rompre l'isolement

Depuis ses débuts en 2005, l'Epoc propose également à ceux qui le désirent, patients ou non, des ateliers à visée thérapeutique. Gratuits, ils sont animés par des artistes et des praticiens du centre et peuvent être suivis seul ou en groupe. Parmi eux : yoga, poterie, arts et calligraphie, expression théâtrale... « La plupart ont lieu le week-end, une période où les personnes sont souvent seules. » Objectif : nouer des liens et rompre l'isolement. « Pour beaucoup de nos patients, l'Epoc est vraiment un lieu à part. Ce n'est pas seulement un endroit où l'on vient voir quelqu'un, mais c'est aussi un point d'ancrage dans la ville ».

Trop de psys et pas assez de patients

C'est au milieu des années 2000 que Sylvie a l'idée de fonder cette structure pas comme les autres. Elle travaille alors comme psychologue clinicienne dans un hôpital de la région parisienne, mais s'ennuie ferme. « Il y avait trop de psychologues et pas assez de patients ! ». Habitante du 19^{ème} arrondissement depuis deux ans, elle constate également que l'offre de soins psychologiques y est la moins importante de Paris. « Alors que c'est l'un des quartiers où les personnes sont le plus en difficulté ! » A la même période, elle suit par ailleurs une analyse entamée une vingtaine d'années plus tôt. « Je suis arrivée à un moment de mon parcours analytique où je me suis découvert une nouvelle force et où j'ai pu me rendre disponible pour d'autres choses... » Début 2005, elle crée l'association l'Epoc. En juin, Sylvie et une poignée d'autres praticiens accueillent leurs premiers patients qui, rapidement, affluent en nombre. Et après un premier centre, rue Georges Thill, l'association ouvre, en 2008, un second espace, quelques centaines de mètres plus loin.

Son credo : l'exigence

Au fil du temps, Sylvie se consacre de plus en plus à sa structure. A tel point qu'elle décide, en 2007, d'abandonner son emploi à l'hôpital. « Travailler ici, c'est beaucoup de boulot. Derrière cette souplesse du

dispositif, il y a en fait énormément d'organisation ». Trésorerie, prise de rendez-vous, gestion du planning... Sylvie gère le tout d'une main de maître. Son credo : l'exigence. « On reçoit, tous les mois, 250 patients, auxquels viennent s'ajouter, chaque mois, 45 nouvelles personnes. C'est une activité permanente et débordante. » Tant et si bien que Sylvie ne prend presque jamais de répit. « Je travaille quasiment tous les jours de l'année. Le samedi et le dimanche, je ne sors pas. Quant aux vacances, c'est dix jours dans l'année et encore, je pars avec le portable et le planning ! » Elle qui assurait au départ de nombreuses consultations, ne reçoit désormais plus que le samedi matin et seulement quelques patients. Tel cet homme qu'elle suit depuis quatre ans et demi et pour qui l'Epec représente un véritable point d'appui : « Schizophrène, il est arrivé ici complètement perdu. Il ne travaillait plus depuis des années. Il tombait souvent, se faisait berner... Aujourd'hui, grâce au travail entrepris, il est beaucoup plus solide : il a réussi à trouver un emploi et vit même avec une femme depuis deux ans. Chose qu'il n'aurait jamais pu imaginer avant... »

Une place à part

Au départ, rien ne la prédestinait à devenir psychologue. Son père était représentant en commerce. Sa mère, commerçante. Dernière d'une fratrie de quatre, Sylvie naît bien des années après les autres enfants du couple. « J'étais un peu la pièce rapportée. Du coup, j'avais une place excentrée, à part... » Et en particulier, pour sa mère : « Son frère avait été déporté pendant la guerre. Et je crois que pendant longtemps, elle m'a identifiée à lui. Quelque part, j'étais celle qui la faisait tenir... » Alors que Sylvie est âgée de cinq ans, sa mère quitte son père et part s'installer dans le Sud de la France, en l'emmenant avec elle. A dix-neuf ans, la jeune fille n'en peut plus de ce cocon. Elle étouffe et quitte violemment le domicile familial. Quelques mois plus tard, elle démarre une analyse. Le déclic a lieu : elle aussi, plus tard, exercera cette profession. Elle entame alors des études de psychologie, puis de psychanalyse.

Une fois diplômée, elle démarre sa carrière dans un tribunal de banlieue, au sein d'un service de contrôle judiciaire. Avant de travailler dans une association s'occupant d'hébergement d'urgence pour des personnes en difficulté. Dans ce cadre, elle crée, pour des personnes atteintes du VIH, un service d'accueil d'urgence ainsi que des appartements de coordination thérapeutique, à Sarcelles. « Comme pour l'Epec, j'ai créé cela à partir de rien. Au départ, j'avais juste un bureau et un téléphone ! »

Un désir décidé

En savoir plus

Le site de l'Epec : www.lepoc.org

Aujourd'hui, Sylvie n'a pas l'intention de lever le pied. Et compte bien continuer à se consacrer entièrement à l'Epec. Son souhait ? Parvenir à salarier davantage de praticiens –aujourd'hui, l'association dispose seulement de deux temps plein de psychologues-. « Mais aussi, pourquoi pas, développer le service d'appui psychologique à domicile et créer d'autres structures, dans d'autres arrondissements de Paris... » Car pour la psychologue, une chose est sûre : « On peut faire beaucoup de choses à partir de rien. Il suffit de le vouloir, d'avoir un désir décidé ». Un désir qui, chez Sylvie, ne semble pas près de s'éteindre...