

*Mara Foppoli & Peter Schulthess*

## Entretien avec une membre de l'ASP : Mara Foppoli



**à jour!**

**Psychotherapie-Berufsentwicklung**

8. Jahrgang, Nr. 2, 2022, Seite 50–51

DOI: 10.30820/2504-5199-2022-2-50

Psychozial-Verlag

# Impressum | Mentions légales

## à jour! – Psychotherapie-Berufsentwicklung

ISSN 2504-5199 (Print-Version)

ISSN 2504-5202 (digitale Version)

8. Jahrgang Heft 2 / 2022, Nr. 16

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2022-2>

## Herausgeber

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten ASP

Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist ein Informationsorgan der ASP. Gleichzeitig versteht sie sich als Forum ihrer Mitglieder, in dem auch Meinungen geäußert werden, die unabhängig von der Meinung des Vorstandes und der Redaktion sind.

## Redaktion

Peter Schulthess | Redaktionsleitung

[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20

Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)

Veronica Defiébre | [veronica.defiebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defiebre@psychotherapie.ch)

Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

## Redaktionsschluss

1. März für Juni-Heft | 15. September für Dezember-Heft

## Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

## Abo-Verwaltung | Bezugsgebühren

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)

Jahresabonnement 29,90 € (zzgl. Versand)

Einzelheft 19,90 € (zzgl. Versand)

Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.

Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugszeitraums erfolgt.

Das Abonnement ist für ASP-Mitglieder im Mitgliedsbeitrag enthalten.

## Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen richten Sie bitte an den Verlag ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) oder die Geschäftsstelle der ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).

Es gelten die Preise der auf [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) einsehbaren Mediadaten.

ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an die Geschäftsstelle der ASP.

## Bildnachweise

Titelbild: © iStock/aleksi; S. 5, 33: © iStock/simarik; S. 8, 36: © iStock/anandaBGD;

S. 9, 37: © iStock/Zerbor; S. 11, 13, 40, 42: © iStock/MicroStockHub; S. 14–16, 43–45:

© ASP; S. 18, 47: © iStock/gregobagel; S. 20, 51: © iStock/Svetlana Shamshurina;

S. 24, 56: © iStock/eyetoeyePIX; S. 53: iStock/picture

## Digitale Version

Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist auch online einsehbar: [www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert. Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter: [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

## à jour! – Evolution de la profession de psychothérapeute

ISSN 2504-5199 (Version papier)

ISSN 2504-5202 (Version numérique)

8. tome numéro 2 / 2022, 16

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2022-2>

## Editeur

Association Suisse des Psychothérapeutes ASP

Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)

La revue à jour! Évolution de la profession du psychothérapeute est un organe d'information de l'ASP. En plus, c'est un forum dans lequel on exprime des avis qui sont indépendants de l'avis du comité et de la rédaction.

## Rédaction

Peter Schulthess | Directeur de rédaction

[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20

Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)

Veronica Defiébre | [veronica.defiebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defiebre@psychotherapie.ch)

Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

## Date de rédaction finale

1er mars pour juin | 15 septembre pour décembre

## L'éditeur

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

## Gestion des abonnements | Frais de souscription

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)

Abonnement annuel 29,90 € (frais d'envoi en sus)

Prix du numéro 19,90 € (frais d'envoi en sus)

Les étudiants bénéficient d'une réduction de 25 % sur présentation d'un justificatif.

L'abonnement est reconduit d'un an à chaque fois dans la mesure où aucune résiliation n'a lieu avant le 15 novembre.

L'abonnement est compris dans la cotisation pour les membres ASP.

## Annonces

Veillez adresser vos demandes de renseignements sur les annonces à l'éditeur ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) ou au bureau de l'ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).

Les prix valables sont ceux publiés dans les données médiatiques sur

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de).

Les membres ASP sont priés de s'adresser directement à la rédaction.

## Crédits photographiques

Couverture: © iStock/aleksi; S. 5, 33: © iStock/simarik; S. 8, 36: © iStock/anandaBGD;

S. 9, 37: © iStock/Zerbor; S. 11, 13, 40, 42: © iStock/MicroStockHub; S. 14–16, 43–45:

© ASP; S. 18, 47: © iStock/gregobagel; S. 20, 51: © iStock/Svetlana Shamshurina;

S. 24, 56: © iStock/eyetoeyePIX; S. 53: iStock/picture

## Version numérique

La revue à jour! Psychothérapie-Développement professionnel est également consultable en ligne : [www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Les articles de cette revue sont disponibles sous la licence Creative Commons 3.0 DE en respectant la paternité des contenus – pas d'utilisation commerciale – sans œuvre dérivée. Cette licence autorise l'utilisation privée et la transmission sans modification, interdit cependant le traitement et l'utilisation commerciale. Veuillez trouver de plus amples informations sous : [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

# Entretien avec une membre de l'ASP : Mara Foppoli



## Qu'est-ce qui vous a motivé à choisir la profession de psychothérapeute ?

Je crois que la première rencontre avec la philosophie et plus tard avec la psychologie chez le Prof. Zambelloni au lycée de Mendrisio ont été les premiers jalons qui ont marqué le chemin qui m'a mené là. Comme beaucoup d'adolescents, je ne savais pas clairement quelle voie j'emprunterai en pleine puberté. Plus tard, c'est la rencontre avec Paolo Quattrini et Paolo Baiocchi, tous deux directeurs d'une école de gestalt-thérapie, qui a concrétisé la voie et la spécialisation que j'ai choisie. Ce sont parfois d'heureuses rencontres qui nous permettent de comprendre notre voie, et je me considère comme très chanceuse de ce point de vue.

## Quel a été votre parcours professionnel ?

Lorsque j'ai terminé mes études, j'ai eu la possibilité de devenir accompagnatrice spécialisée et je suis restée pendant ma période de stage d'apprentissage, pendant laquelle j'ai pu faire des recherches, accompagner des travaux de fin d'études et aider lors d'examens. Ce fut une période très intense. J'ai eu ensuite, grâce à mon travail de diplôme sur l'Empowerment, la possibilité de rejoindre une entreprise de conseil, et de là également le département du personnel d'entreprises multinationales. Cette expérience m'a permis de voyager dans toute l'Europe dans les domaines de la qualification, de la sélection et du coaching. Après environ dix ans, j'ai décidé de changer professionnellement et de fonder une école pour la pédagogie gestalt à Florence, avec le concours de Paolo Quattrini. J'ai pu mener à bien plusieurs stages dans des organismes de réhabilitation psychiatrique pour la jeunesse, services de conseil à la famille et à l'école de psychothérapie. J'ai fait une spécialisation supplémentaire en thérapie-gestalt par le jeu, où je suis également thérapeute, puis une spécialisation en thérapie traumatique en EMDR et PIR, et aussi un autre mastère dans les 12 méditations. Je suis ambassadrice de cette méthode. J'aimerais volontiers à l'avenir ouvrir une école de psychothérapie orientée gestalt à Lugano, et invite par conséquent les personnes intéressées à prendre contact avec moi.

## Travaillez-vous en tant que psychothérapeute indépendante dans un cabinet privé et/ou travaillez-vous (éventuellement aussi) en tant que psychothérapeute déléguée ?

J'ai dès le début pratiqué en tant que psychothérapeute indépendante, parce que je crois que

ceci peut être une voie qui permet aux psychothérapeutes de poursuivre leur développement personnel tout en restant en contact avec les méthodes et techniques innovantes. En outre, la généralisation de ce type de structures permet un large accès à la psychothérapie.

## Y a-t-il, à côté de la psychothérapie, encore un autre métier que vous exercez ?

Oui, je suis aussi directrice de site d'une fondation d'aide aux enfants et à la jeunesse au niveau fédéral, dans laquelle je dirige quelques 20 conseillères et conseillers. Je crois que je peux, en tant que psychothérapeute, apporter une contribution active à la prévention primaire, secondaire et tertiaire, qui est fournie dans ce service.

## En quoi êtes-vous spécialisée ?

Au cours du temps, je me suis spécialisée dans la traumatologie pour les adultes, les enfants et les adolescents. Je m'occupe de problèmes existentiels, de troubles de l'humeur, de troubles de la personnalité, de cas de deuils complexes, de troubles obsessionnels, de peur, de panique, de crises existentielles, d'addiction au jeu, d'addiction aux achats compulsifs, d'addiction aux réseaux sociaux, de dépressions post-partum, de phobies, de stress posttraumatique, de problèmes d'estime de soi, de soutien à la parenté et à l'adoption, de dépendances émotionnelles, d'abus, de dissociation, de troubles du comportement et de troubles du développement.

## Êtes-vous satisfaite de votre situation professionnelle ?

Je consacre beaucoup de temps à la supervision et à ma formation, et je crois que cela me permet de garder ma curiosité intellectuelle à un haut niveau et la possibilité de pouvoir rencontrer sur mon chemin des choses nouvelles et excitantes, d'essayer de nouvelles méthodes et techniques sur moi-même pour pouvoir les proposer à mes patients et patientes. La gestalt part de l'expérience et la transforme ensuite en un phénomène, en ce que le sentiment de l'expérience devient le premier canal pour donner vie au développement de la conscience.

## Y a-t-il quelque chose que vous aimeriez bien changer ?

Je souhaiterais que l'accès à la psychothérapie soit facilité, en particulier aux mineurs. Après la

pandémie, de nombreux enfants ont ressenti des formes plus ou moins graves de mal-être et souvent aucun foyer chez leurs parents ni trouvé la possibilité de commencer l'intervention précoce. Ce serait bien de pouvoir proposer des places pour des cycles de thérapie à la génération Z, qui veille avec une telle sensibilité sur sa propre santé psychique, afin de pouvoir s'occuper d'eux au-delà de l'aspect économique.

#### Qu'attendez-vous de l'ASP ?

Ce serait bien de pouvoir proposer davantage de prestations pour ouvrir des salles de psychothérapie privées pour le conseil et le soutien. Les premières années sont vraiment difficiles, et il serait peut-être utile d'avoir une référence à ce sujet. Pas seulement pour les débutants et débutantes dans le métier, mais aussi pour tous ceux qui veulent ouvrir un cabinet psychothérapeutique. Il y a beaucoup d'aptitudes à apprendre, depuis la publicité en passant par la gestion économique jusqu'au savoir-faire dont on a besoin pour avoir du succès avec une telle entreprise, notamment dans le cas de cabinets communautaires ou de cabinets associés, qui sont de petites entreprises, que l'on doit apprendre à gérer de façon profitable.

#### Vous sentez-vous représentée et appréciée pour votre valeur au sein de l'ASP ?

Le positionnement décidé que l'ASP a adopté lors de la mise en œuvre du nouveau modèle de psychothérapie m'a plu, et aussi la communication des webinaires qu'elle organise. J'ai également considéré que la prise de conscience du rôle d'une association représentait un moment important.

#### Quel serait votre objectif si vous deviez siéger au comité ASP ?

J'aurais peut-être à cœur de promouvoir une culture de la santé psychique et de mettre en place des programmes de sensibilisation, concernant par exemple ce qu'il faut faire si un enfant remarque des pensées suicidaires ou si un enfant remarque qu'un de ses parents a des problèmes psychiques. J'ai l'impression que la société tend à cacher les problèmes au lieu de rechercher des solutions ou des psychothérapeutes professionnels.

#### Y a-t-il un projet dont vous aimeriez que l'ASP s'empare ?

Peut-être un projet de promotion de la santé psychique de jeunes gens avec la possibilité de faciliter l'accès à une psychothérapie soutenue et financée sur place par un réseau de spécialistes.

#### Quelle serait une situation souhaitable pour les psychothérapeutes dans l'environnement politique ?

Il serait souhaitable que la prise en charge des soins psychiques bénéficie d'un soutien équivalent à celui d'autres formes de soins de santé afin de surmonter la stigmatisation et la honte une fois pour toutes. Il me semble ici que les nouvelles générations sont effectivement davantage prêtes à aborder activement les problèmes de façon ouverte et sans hésitation.

#### Quelle est votre vision du quotidien professionnel ?

Je souhaite qu'il soit simple de trouver le bon professionnel pour ses propres problèmes, et qu'il n'y ait pas une seule orientation à bénéficier d'une promotion, mais que plusieurs orientations existent l'une à côté de l'autre. Plus grande fluidité et sensibilité : j'ai parfois l'impression que tout trouble pathologique est vécu comme un cauchemar sans fin. Je crois plutôt qu'il est possible de se remettre de sa pathologie grâce à une bonne psychothérapie. J'aimerais que cette expérience parmi mes collègues et que le temps avant et après la thérapie représente une transition évolutive importante dans la vie d'une personne en direction du bien-être.

#### L'entretien a été mené par Peter Schulthess par écrit.

Mara Foppoli est psychothérapeute ASP, thérapeute EMDR, thérapie-gestalt et ambassadrice 12 méditations. Elle est membre de l'ASP depuis 2014 et travaille en tant que psychothérapeute indépendante.  
Adresse de messagerie : marafoppoli@gmail.com

