

Briser la solitude pour être plus libre

Par Suzanne Gauthier et Claude Côté

(Saguenay/Lac-St-Jean)

« Lorsque le verdict est tombé, nous avons perdu tous nos moyens. Nos cœurs de parents se sont déchirés comme les voiles d'un bateau. Notre couple a perdu pied, nos décisions s'entremêlaient. Les pourquoi et la colère nous ont entraînés vers la dérive... jusqu'au jour où nous avons compris qu'ensemble, nous serions plus forts. »

Le mur

1994. Le verdict tombe sur notre fils : schizophrénie. Encore aujourd'hui, nous avons de la difficulté à écrire ce mot. Une nouvelle foudroyante qui est impossible à oublier. Nous nous en souvenons comme si c'était hier et pourtant, il y a de cela plus de 10 ans. Nous étions une famille que l'on pouvait qualifier d'ordinaire! 3 beaux enfants en santé, un emploi stable, un couple uni, rien pour écrire un roman à succès. Du jour au lendemain, le vent a tourné et nous avons perdu ce qualificatif si... ordinaire. Notre fils aîné est devenu différent des autres. Il avait maintenant des comportements particuliers et des aspirations distinctes qui provoquaient notre désarroi et exigeaient de nous un dépassement. Sa souffrance est devenue nôtre, au point où nous n'existions plus.



L'heure des choix

Au début, les événements sont hors de notre contrôle et c'est avec un grand sentiment d'impuissance que nous avons accompagné notre fils dans ses crises psychotiques. Nous étions complètement dépourvus de moyens et notre quotidien était composé de nuits d'insomnie, de pleurs, de désaccords et de silences insupportables. En fait, une vie de couple et familiale peu enviable où s'entrechoquent un cœur de mère inconsolable et celui d'un père bouleversé, colérique envers cette ennemie incon-

nue qui lui a volé son fils, la maladie mentale.

Individuellement, chaque membre de la famille a vécu sa peine et, en ce sens, notre couple n'y a pas échappé : on s'est oublié. Nous étions noyés dans nos pensées et bousculés par les événements, les prises de décisions étaient empreintes de douleur, d'opposition et de doutes, nos visions étant souvent diamétralement opposées. Le sentiment de solitude se cristallisait, au point même que les amis disparaissaient. Un jour, la vue du gouffre nous a secoués. C'est à ce moment que nous avons réalisé tous les deux que nous étions confrontés à faire un choix: la dérive ou le combat!



L'un implique notre abandon et le laisser-aller,

« L'acceptation du verdict impliquait que nous allions prendre tous les moyens pour nous en sortir, ce qui voulait dire que nous devrions faire face à la musique, comprendre et apprivoiser notre nouvelle réalité. »

au point où la destinée de notre vie ne nous appartiendrait plus. Pour sa part, le deuxième choix était aussi lourd de conséquences. L'acceptation du verdict impliquait que nous allions prendre tous les moyens pour nous en sortir, ce qui voulait dire que nous devrions faire face à la musique, comprendre et apprivoiser notre nouvelle réalité.

Après mûre réflexion, ensemble, nous avons décidé de combattre... une décision que nous ne regretterions jamais. Pour se rétablir, il faut connaître, comprendre et apprivoiser la maladie mentale. Nous nous sommes mis au travail. Notre premier geste a été d'aller frapper à la porte de l'une des associations-membres de la FFAPAMM. Sur notre territoire, les intervenants nous ont accueillis à bras ouverts, une équipe compétente et attentionnée qui a su nous offrir ce dont nous avions alors le plus besoin: un oasis de réconfort. Dans un premier temps, nous avons trouvé là un espace pour partager avec des gens qui vivaient des situations similaires à la nôtre, une bulle d'empathie exceptionnelle.



Notre canal de communication s'est restauré, nos liens qui s'étaient fragilisés se sont solidifiés comme jamais. En fait, nous sommes allés chercher des outils qui nous ont permis de nous rebâtir personnellement, mais qui nous ont également amenés à nous retrouver comme couple.



Briser la solitude pour être plus libre

À vous qui vous reconnaissez dans ce témoignage, n'attendez pas d'en arriver à la dérive. À partir du moment où nous sommes allés chercher de l'aide, cette expérience unique que nous vivons avec notre fils nous a permis d'évoluer et de grandir. C'est exigeant, nous en convenons, mais chose certaine, il faut se lever debout, la tête haute et être fiers parce qu'à chaque instant de notre journée, nous pouvons savourer ensemble nos petites victoires.

« À partir du moment où nous sommes allés chercher de l'aide, cette expérience unique que nous vivons avec notre fils nous a permis d'évoluer et de grandir. »

Notre fils est toujours atteint de schizophrénie, mais notre perspective devant sa maladie a changé. Tout comme lui, nous avons nos hauts et nos bas, mais nous avons maintenant les outils pour y faire face. Prenez notre parole, rendez-vous un service et contactez la FFAPAMM. Tout comme nous, vous ne le regretterez jamais!

Suzanne Gauthier et Claude Côté

.....