

De la folie à la reprise du rôle de citoyen : place aux témoignages

Alain Routhier, directeur général des groupes d'entraide Le Rappel et La Rencontre pour personnes atteintes de maladie mentale, Chaudière-Appalaches.

Au début la présentation fût faite pour provoquer la discussion. Je me suis présenté comme personne Bipolaire à temps plein et trouble personnalité à temps partiel. Il est certain que cela a suscité des réactions. Car pour plusieurs le mot d'ordre est que nous sommes des personnes avant d'être une maladie. Comme je vous ai expliqué plus haut je veux avoir la chance de donner espoir aux personnes utilisatrices que nous ne sommes pas une maladie, mais une personne avec nos forces.

Comme je dis souvent nous les personnes atteintes nous sommes beaucoup plus fortes que les personnes non atteintes, car en plus de fonctionner en société nous devons vivre et composer avec une maladie qui peut être très invalidante quand nous nous laissons sombrer dans le désespoir.

Je me suis permis d'être le plus transparent que possible et j'ai parlé avec mon cœur.

Depuis toujours je vis avec une maladie mentale. Je suis bipolaire de type 1. Je suis en mesure de me rendre compte que j'ai toujours souffert de cette maladie. Aujourd'hui, je suis en mesure de voir les symptômes très apparents, mais que je ne voulais rien savoir. J'avais énormément de préjugé face à la maladie mentale c'était une maladie pour les faibles et moi j'étais fort.

Mais à 45 ans suite à une tentative de suicide le diagnostic est tombé j'étais bipolaire de type 1. Ma vie à cesser de tourner je me suis enfermer dans le sous-sol de ma maison ou j'ai passé huit mois sans sortir. J'ai fait vivre l'enfer à mon ex-conjointe et mes enfants.

Un Jour j'ai repris le dessus et je me suis mis en mouvement pour me trouver un emploi, j'ai vécu l'injustice de me faire refuser du travail parce que j'avais une médication à prendre. Finalement au moment où le désespoir était pour gagner encore une fois j'ai eu l'emploi que j'occupe maintenant. Les contacts avec les personnes que je rencontre dans mes groupes d'entraide m'ont permis de reprendre goût à la vie j'ai réussi à trouver ma place dans la société. Je n'hésite jamais à m'afficher comme personne atteinte pour sensibiliser les gens au fait que la personne atteinte n'est pas une pauvre personne sans ressource.

Le plus grand tabou auquel j'ai à faire face c'est avec les intervenants, ces derniers se permettent (sûrement pour le langage « politicly » correct) dire que j'ai un problème de santé mentale au lieu d'une maladie mentale.

J'ai une maladie mentale mais je n'ai pas de problème de santé mentale, cessons de jouer sur les mots. Cette attitude puérile a comme effet d'enfermer la maladie mentale dans un placard et de l'oublier.

Mon rétablissement a débuté quand j'ai accepté d'avoir une maladie et que cela n'était pas une maladie honteuse.

Souvent dans notre rétablissement il faut être en mesure de s'affirmer et surtout de reconnaître que nous vivons avec une maladie mentale et non que nous souffrons d'une maladie mentale. Cela fait toute la différence dans la solidité de notre rétablissement.

Comme j'ai dit dans l'atelier je ne voudrais jamais revenir ce que j'étais avant car je suis trop heureux d'être devenu ce que je suis.