

Et pourtant, je vis...

Je suis une personne avec un bagage d'expériences et d'épreuves tellement imposant qu'il m'a fallu ici choisir parmi 35 années de vie. Et la liste est longue ! Un bien court résumé alors.

J'ai choisi de partager le début de la fin, ce qui fait que je suis devenue un jour "psychiatisée". Dès mon enfance le rejet s'est installé, puis à l'école même à maternelle, j'étais toujours très isolée des autres. C'est moi qui commençais à rejeter... Puis l'adolescence très pénible aussi. Je suis devenue très marginale et originale dans ma personnalité.

Je pourrais y aller en détails sur mon enfance traumatisante et les souffrances terribles de l'adolescence, mais aujourd'hui, je ne cherche plus à me faire psychanalyser ou à me psychanalyser moi-même. Tout part de la petite enfance, on le sait, mais la seule façon d'oublier un peu et d'espérer une libération, c'est d'accepter le fait, même si c'est la cause de notre état présent. Car je ne pourrai jamais retourner à l'âge de 2 ou 3 ans et dire aux personnes qui m'ont détruite : "Arrêtez ! Car dans 20 ans je vais devenir très malade !"

Donc je vous parlerai de la fin de l'adolescence où, à travers mon isolement pratiquement total, j'avais tout de même quelques amis (es) mais lorsqu'il y avait invitation pour une sortie, je n'étais jamais intéressée ... ou capable ? Des complexes énormes (pas vraiment justifiés) et principalement la crainte d'entrer dans la société. J'ai tout de même commencé à aller dans les soirées de jeunes et, malheureusement, j'ai connu vers l'âge de 15 ans un groupe de jeunes qui m'acceptait volontiers ! On m'acceptait ! Je devenais une personne comme les autres...!

L'alcool et le "pot" étaient évidemment au rendez-vous... Pour une année, c'était satisfaisant pour moi étant donné que la boisson diminuait ma gêne. Vers 17 ans, j'étais complètement immergée dans ce monde d'illusions.

À ma sortie de l'école, en secondaire V, (à 17 ans) j'ai travaillé et cela, jusqu'à la dernière minute : mon entrée aux enfers ; la psychiatrie (à 24 ans). J'ai travaillé comme secrétaire à différents endroits jusqu'à l'âge de 24 ans. Auparavant j'avais fait du porte-à-porte pendant deux ans. Ensuite j'ai même fait du spectacle pendant deux années (comédie, sketches, chansons à la guitare dans les hôtels).

Dès mon premier travail comme secrétaire, la gêne et les tremblements allaient en augmentant. Le stress, l'angoisse et l'anxiété immense m'habitaient et je suis allée voir

mon médecin de famille vers l'âge de 18 ans. Je lui ai demandé des "tranquillisants" pour être capable de travailler... J'ai toujours eu des éruptions cutanées terribles, des troubles de toutes sortes. Cela était mon inconscient, je crois, qui me parlait physiquement. Je cachais mes blessures avec des pansements aux mains et aux bras et j'allais travailler. J'aurais eu de bonnes raisons à cette époque de cesser de travailler, j'étais tenace... Je le suis encore.

Les premières prises de cette médication m'emmenaient directement au paradis ! Je devenais calme, les éruptions diminuaient mais le refus de vivre en société ne s'efface pas avec une pilule ! J'évitais tout contact avec les gens que je côtoyais au travail. On m'a déjà surnommée : "La mouche" tellement je passais inaperçue. Comme j'étais du type perfectionniste, cela n'a pas aidé les choses. Tout devait être parfait. Mes employeurs en étaient satisfaits mais mon système nerveux en prenait un coup.

Alors les doses d'Ativan ont augmenté très rapidement car j'essayais d'entrer dans ce monde que je voyais tellement si différent de moi. C'était débilitant ! -Avais-je été placée sur la mauvaise planète ?

Donc, de 17 à 19 ans, je prenais normalement la médication prescrite de 1mg, ensuite ce fut 2 mg à chaque jour. Puis 3... et puis 4 et 5. A un certain moment je trafiquais mes prescriptions pour en obtenir plus, et ce, dans différentes pharmacies. Vers l'âge de 22 ans, la Régie a découvert mes fautes et j'ai été placée sous surveillance pendant 5 ans.

J'ai cessé à 2 reprises la médication. Et puis on m'a offert un poste comme secrétaire-recherchiste que j'ai accepté. Je suis accourue chez un médecin généraliste, lui expliquant la situation : travail = tranquillisants. Je suis rapidement retombée dans le piège au lieu que de m'affirmer et de refuser l'emploi, ne me sentant pas capable. C'était un projet de 10 mois, j'en ai fait 5...

Entre temps, j'avais fait la connaissance d'un psychiatre qui se faisait un plaisir de me fournir ma drogue (légale) pour fonctionner. J'avalais 8 mg d'Ativan le matin, et cela, simplement pour me donner un minimum de courage pour me rendre au travail... J'en prenais d'autres au cours de la journée pour "tenir le coup !"

Au bout de ces 5 mois, je suis devenue tellement déboussolée et épuisée que j'ai dû demander une lettre au psychiatre pour justifier ma démission du projet. Ce fut mon dernier travail.

Quelques mois plus tard, j'étais rendue à prendre entre 10 et 13 mg d'Ativan par jour. Ce fut ensuite mon entrée à l'hôpital en psychiatrie, à l'âge de 25 ans, mon premier séjour s'est étalé sur 6 mois. Je croyais y être demeurée 6 jours... On m'administrait

tellement de tranquillisants et autres drogues que je n'avais plus conscience du temps écoulé et de ce qui se passait... Des diagnostics étaient posés rapidement... Ils n'ont jamais réellement su... Et les prescriptions arrivaient en rafale ! Les médicaments me rendaient dans un état lamentable. J'étais "zombie". Mon cerveau carrément imprégné de plusieurs substances inutiles, selon moi.

Je croyais qu'on allait me faire reposer, puis me sevrer un peu pour, en même temps, me faire suivre en psychothérapie pour une réinsertion sociale... Très lente... Et un ajustement adéquat selon mes véritables troubles: anxiété, nervosité etc.. NON!! On m'administrerait des quantités industrielles de médicaments et d'injections. Des Méga-doses ! Pas d'effets bénéfiques sur moi. Je crois que le médecin qui me suivait à l'époque m'a fait prendre à peu près tout ce qui existe en pharmacie psychiatrique. J'étais pourtant "lucide". Comme on peut l'être sous ce traitement que l'on réserve ordinairement à des "cobayes"... Ou des "souris de laboratoire". On disait même que j'étais un cas unique au monde. Je gardais ma tête et je tenais le coup ??? Parfois, le psychiatre me voyant circuler dans le couloir me disait : "Comment tu fais pour être encore debout et marcher ?? Je t'ai donné une dose qui assommerait un cheval pour 3 jours."

Alors je me précipitais dans ma chambre et quelques minutes par la suite, une infirmière entra avec une seringue disant que le docteur "X" me trouvait agitée... J'étais pourtant presque aussi calme qu'un cadavre. Enfin... J'acceptais ce traitement parce que je ne connaissais pas mes droits. Si j'avais connu "Droits et Recours Santé Mentale" à cette époque, cela aurait pu changer bien des choses !

Quatre années sous la domination d'une personne digne des plus grands criminels nazis ! Si l'expression vous semble exagérée, laissez-moi vous dire que j'aurais pu en mourir souvent si cela n'avait pas été de ma forte constitution... Puis, voyant que je tenais bon et que mes services n'étaient plus utiles, on m'a transférée dans un autre hôpital. Deux autres années terribles.

Puis un jour je me suis décidée de partir pour la ville. J'avais l'intuition que cela pourrait me sauver la vie. Quitter ce milieu qui m'avait démolie jusqu'à avoir de la difficulté à mettre un pas devant l'autre. La vie a été tout aussi pénible en ville mais d'une autre façon. J'ai abandonné les 15 médicaments quotidiens qui m'étaient prescrits en me sevrant moi-même, à l'aveuglette. Je suis devenue très malade, je suis entrée quelque temps dans un hôpital de cette région pour ensuite demander au psychiatre de l'endroit une médication minimale pour calmer l'anxiété et le stress qui font partie de mon trouble de personnalité.

Depuis 6 ans, je prends toujours cette médication. Une seule...

À mon retour de la ville, je croyais me retrouver dans un "havre de paix" ! L'étiquette de "folle" est encore bien présente. Ce qui m'apporte des difficultés à plusieurs niveaux. Je suis tout simplement "différente", et fière de l'être. Les combats menés depuis mon retour sont très éprouvants, mais cela est une autre histoire... On peut croire souvent que c'est notre destin d'être malade et rejeté toute notre vie, ou croire être possédé du démon ou victime d'un mauvais sort jeté sur nous. Il existe des façons d'améliorer la situation.

C'est en travaillant, à son rythme, avec le potentiel que l'on a, avec persévérance à chaque jour, que les résultats arrivent un jour ou l'autre... même avec des troubles de personnalité. De mon côté, je pratique la graphologie avec beaucoup de succès. Oui, le travail est ardu et loin d'être terminé pour moi. Mais je n'abandonnerai jamais. J'ai foi en la vie, foi en Dieu et foi en moi.

Se tenir debout, s'aimer. Chercher l'aide où il y en a vraiment et suivre son instinct... Cette petite voix intérieure qui nous suggère bien des choses mais qu'on n'écoute pas assez souvent. C'est la logique qui raisonne en nous parfois et on prend souvent vite un autre comprimé pour l'endormir... La peur ??

Je tiens à spécifier que dans mon cas il y a eu de mauvais diagnostics et un abus de pouvoir terrible. On s'est servi de moi et on a démoli 10 années de ma vie. Toute cette médication fait qu'aujourd'hui j'ai des séquelles : mes muscles et mes os me font souffrir atrocement et j'ai une insuffisance rénale. Cela m'a été confirmé par un médecin dernièrement... Mais évidemment, il doit se trouver des personnes qui ont vraiment besoin de médication pour diminuer les symptômes déplaisants de leur maladie. Et il y a fort probablement quelques psychiatres compétents et consciencieux avec un minimum de compassion pour les gens qui souffrent...

Aujourd'hui, je ne quémande plus l'amour... J'apprends à m'aimer, c'est déjà énorme ; et je n'espère plus le respect des autres, cela je l'exige!!!

Auteure anonyme