

DIAGONALES

MENSUEL ROMAND DE LA SANTÉ MENTALE

© Lise Engeler

Bien vivre avec la maladie

Témoignages de patients
et de proches

Art-thérapie

Médiation artistique

Décembre 2004 - Janvier 2005 - N° 26

B IEN VIVRE avec la maladie, ça veut dire quoi, quand cette maladie a causé la perte d'un emploi intéressant, signé la fin d'études prometteuses, barré l'accès à la maternité, à la famille, ou même à une relation intime significative?

Peut-on déceimment être heureux aux côtés d'un proche qui vit dans l'angoisse ou qui ne parvient pas à sortir de la dépression? Comment bien vivre avec une maladie qui a bousillé l'image que vous vous faisiez de l'avenir de votre couple ou de celui de votre enfant? Comment, le plus honnêtement du monde, certaines personnes peuvent-elles dire que la maladie a été une chance pour elles? Comment parviennent-elles à transformer les obstacles en tremplins? Comment font-elles pour se réveiller le matin le cœur en fête? Pour aimer la vie, cette vie-là? N'est-ce pas l'insulte suprême faite à ceux qui ne voient dans la maladie psychique que torture, horreur et souffrance?

A y regarder de plus près, c'est en fait au prix d'une véritable révolution intérieure que certains arrivent à se détacher des contingences qui tissent le quotidien de Monsieur et Madame Tout-le-monde. Si, très souvent, la maladie débarque comme une tempête dans la vie de gens, cette révolution intérieure se fait par petites touches.

Après un mois de souffrances indicibles en chambre de soins intensifs, Christian, tout fier, vient vers moi partager son dernier succès sur la honte: «J'ai demandé ma carte AI, pour bénéficier de rabais! Et j'ai invité mes amis à venir me trouver à l'hôpital psychiatrique!»

C'est aussi Anne-Lise, radiieuse, qui raconte que, après dix ans de fidèles et loyaux services auprès de sa fille malade, elle s'est offert trois semaines de vacances. A son retour, il n'y a pas eu de drame. Sur tous les fronts, ce voyage a été un succès. Une victoire remportée sur la culpabilité. Un pas vers plus de liberté. Une ouverture sur l'écoute et le respect de ses besoins à elle.

L'expérience de la maladie psychique, que l'on soit patient ou proche, ou les deux à la fois, bouleverse les valeurs. Cela ne se passera pas sans devoir faire le deuil de beaucoup de choses importantes qui aidaient à vivre et qui ont perdu ce pouvoir.

Le verre sera à moitié vide pour les uns sera à moitié plein pour d'autres. Etre capable de considérer objectivement les différentes facettes d'une expérience psychiatrique est un exercice qui peut permettre de dépasser la phase douloureuse de la maladie, relativiser la gravité de la crise et s'accrocher à ces «détails» qui nous montrent que tout n'est pas perdu, au contraire... A ces conditions seulement, la maladie peut être considérée comme un cadeau!

A vous qui êtes concernés par la maladie psychique, je voudrais vous souhaiter, en guise de vœux de Noël, de pouvoir, vous aussi, vous dire: «Au-delà de la souffrance, cette maladie m'a apporté un plus sur le plan de la qualité de ma vie.»

Joyeux Noël! ■

Madeleine Pont, directrice du GRAAP

4

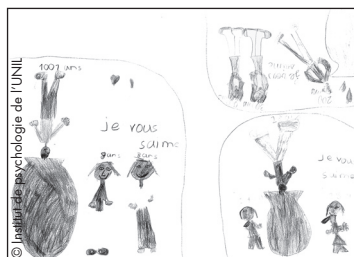
Dossier Bien vivre avec la maladie



Témoignages de patients et de proches

10

Actuel L'art-thérapie



Médiation artistique et processus de transformation

12-13

Communiqués
Privation de liberté
Jeunes en difficulté

14

Du côté du GRAAP
Entraide sur Internet

15

Tous les droits
Le droit des témoins
La famille interrogée

16-17

La psychiatrie ailleurs
Québec

18-19

J'ai lu - J'ai aimé

20

Exposition
Santoro à l'Art Brut
Une rébellion sublime

21

Dire et conter
Beau livre
Gérard Treina

22

Aigre-doux
Fêtes de Noël
Trouble état limite

23-24

Agendas
de la CORAASP
et du GRAAP