

... Et je roule, roule dans ma Vie, j'accélère, ... du chanteur Soprano.

Ne jamais se plaindre car c'est chacun pour soi. Comme disait mon Papa : ne jamais montrer ses faiblesses, ses fragilités, ses inquiétudes et toujours dire « Oui, je vais bien » même si ce n'était pas vrai.

Combien de fois ne l'ais-pas écoutée ?

J'ai toujours fait passer les autres avant moi, les écouter, les conseiller, les rassurer. Pour rien en retour.

Déjà, toute petite, je n'arrivais pas à m'imposer, je suivais les autres ; leur chemin, ils continuaient. Le mien n'était pas certain.

Je ressentais ce malaise, ce fichu malaise déjà petite.

Je n'arrivais pas à m'intégrer comme les autres. Donner mon avis m'était impossible.

Enfance, tout de même idéale, avec mes deux frères ; Renald et Romain.

Elève studieuse que ce soit à l'école primaire, au collège, au lycée.

J'ai obtenu un BTS assistant de gestion de PME-PMI par le CNED.

Je l'avais passé précédemment au Lycée Victor Hugo à Hennebont ; je l'ai passé dans des conditions "particulières".

En effet, j'étais hospitalisée à l'EPSM Jean-Marin Charcot à Caudan.

Soignée d'abord pour une dépression, le diagnostic est tombé comme un couperet : j'ai été diagnostiquée bipolaire.

Avant, on parlait de psychose maniaco-dépressive.

L'année 2003 a été une année extrêmement dure et folle. J'étais "une autre", une Sonia Bis qui est partie en live.

Voulant sauver le Monde.

S'insérer dans une association humanitaire.

Aider les autres pour occulter la Maladie.

"Up" et "Down" résument bien la Maladie avec des phases hautes et basses.

Les phases hautes résument bien un état de total "Liberté" et de "Désinhibition".

Les comportements "Up" n'ont pas de limite. Et, ils prennent insensés notamment les toxiques et autres substances illicites : Alcool, le mélange des deux : drogues et alcools peuvent avoir de graves conséquences.

Il ya également les comportements sexuels à risque : les rapports sexuels sans protection, sans connaître la personne, ni son passif sexuel.

Pourtant là, on joue avec notre Vie.

Invisible un jour, dépressif le lendemain, la Réalité reprend ses Droits et là, c'est le début de la "Grosse Galère" notamment concernant les comportements sexuels à risques.

Un choc : je dois aller faire le dépistage du VIH et cela par deux fois comme si la première fois ne m'avait pas suffie.

Et, aux deux dépistages, j'ai eu de la "Chance" : je n'étais pas porteuse du VIH.

Que de souffrances, de peurs et de malheurs.

Que de tortures mentales et physiques.

Comment récupérer ses sentiments, être en phase avec sa Vie, avec les autres quand on a autant souffert.

Comment faire confiance en les autres après avoir subi plusieurs hospitalisations en milieu psychiatrique ?

Une fois, j'avais fugué de Charcot et j'en ai payé les conséquences ; je suis restée une dizaine de jours en chambre d'isolement.

Je pouvais à peine ouvrir les yeux.

Ma mère avait interdit à toute ma famille de venir me voir dans cet état-là.

J'étais assomée par les médicaments, je pouvais à peine parler.

Dans le pavillon, c'était une véritable humiliation, de la maltraitance, des couples se formaient et, parfois, elles tombaient enceintes.

Certaines gardaient le bébé. A peine savaient elles s'occuper d'elles, alors, d'un enfant ?

Le peu de femmes que je connaît étant mères, leur (s) enfant (s) ont été placés par les services sociaux, notamment, dans des familles d'accueil.

Certains enfants sont d'accord pour avoir un contact avec leurs mères biologiques.

Ces enfants sont en souffrance, aimeraient vivre avec leurs vraies familles.

Me concernant, j'ai décidé de ne pas avoir d'enfants. Ce n'est pas par pur égoïsme. J'y ai longtemps réfléchi dans la mesure où je rencontre de nombreuses difficultés au quotidien.

Alors comment j'aurais pu élever un enfant ?

J'ai dû faire le deuil de cette non-grossesse. Ce qui fût dur dans la mesure où j'adore les enfants.

Enfin, ne pas pouvoir donner la Vie est effectivement une rupture dans le parcours de Vie d'une femme.

Ce deuil fût long et douloureux et ne se partage pas, c'est un vide en soi, un questionnement à se frapper la tête contre les murs. Mes parents ne sont jamais grand-parents. Une culpabilité s'impose donc, c'est comme un non-remerciement à mes parents de ne pas être capable de donner la Vie.

Mes parents sont conscients de tout cela ; mais pour moi, c'est une véritable frustration.

Ma mère m'a dit un jour : "Je vais bien si vous allez bien." Elle a toujours porter ses enfants à bout de bras. Pour moi, c'est plus qu'une Mère ; j'aimerais avoir cette force, ce courage, ce non-renoncement de laisser tout tomber.

Concernant le diagnostic de ma fichue maladie, il y a une part de génétique du côté de mon père, plus fragile que ma mère. Il a déjà également fait des dépressions. Ma grand-mère maternelle était aussi très fragile.

Je pense que tout cela aurait pu être évité si je n'avais pas fugué. Malheureusement j'avais payé de ma fugue.

Dans la chambre d'isolement, je criais, hurlais après ma Mère.

J'avais cru que l'on m'avait violée, que j'étais enceinte.

J'étais tellement "droguée" que je n'arrivais plus à me raisonner, à avoir un comportement correct, un discernement réel.

Il faut tout reprendre.

Oublier cette pièce qu'était la chambre d'isolement, le peu d'aides des soignants, le manque d'écoute des psychiatres.

J'en ai vu des choses, entendu des choses dignes de la Maltraitance.

Avant, les chambres étaient doubles.

Maintenant, la plupart des chambres sont individuelles.

Le monde de la psychiatrie est un monde parallèle au monde réel.

C'est comme un cocon où le patient est pris dans sa globalité.

Mais, je préfère oublier, occulter ces moments de ma Vie.

En 2019, j'ai été hospitalisée trois fois ; la dernière hospitalisation a été la pire que j'ai connu.

J'étais comme folle, je ne mangeais plus ou peu, je ne me lavais plus.

Mon cerveau était en activité dès le matin au coucher.

C'était dû au traitement ; je n'avais pas le bon traitement.

J'ai dû recontacter mon ancien psychiatre pour avoir mon ancien traitement.

Ce-dernier exerce en ville et me connaît depuis des années.

Je me suis retournée vers lui car le psychiatre à Blanqui et à Charcot est totalement

incompétent.

En un mois, le psychiatre qui me suivait m'a vue trois fois.

Il était toujours à consulter son ordinateur.

En gros, il s'en fichait de l'état réel de sa patiente.

Une fois, pendant une dizaine de minutes d'entretien, je n'avais pas arrêté de pleurer.

Et, lui, psychiatre de pleurer, n'écoutait que son ordinateur.

Je n'avais jamais vue si peu de considérations pour les patients.

Ce psychiatre m'a dit que son travail s'arrêtait là.

C'était une hospitalisation "ratée".

Une hospitalisation de un mois pendant lequel j'ai partie la plupart du temps alitée.

Je ne tenais plus debout, plus d'équilibre.

Sans force, je continuais à m'affaiblir.

Si je n'allais pas à la salle à manger; je n'avais pas à manger dans ma chambre.

Du coup, il y des jours où je ne mangeais pas.

Je ne comptais plus sur l'équipe soignante ; plutôt, le personnel en général.

Il y avait des jours où je ne voyais que les soignants.

Ma mère venait me voir, tous les trois jours ; le psychiatre m'avait demandée pourquoi

Ma mère venait si souvent.

Je n'arrivais pas à justifier la présence de ma mère ; alors, je ne disais plus rien.

En fait, ma mère a été un levier pour que je remonte peu à peu la pente.

Je fus mise comme dehors de l'enceinte de l'hôpital et du pavillon Pascal où la maltraitance passe comme une lettre à la Poste.

De toutes façons, qui va écouter des patients sans discernement se plaindre ?

Il y a une charte des patients ; certains passent à côté sans la voir.

Il y a la commission des usagers ; qui se trouve dans les bureaux de l'Administration.

Ce que j'ai constaté également, c'est la "sur-puissance" des soignants ; certains usent de leur rôle pour se montrer ou montrer qu'ils ont une certaine autorité sur les patients.

Personnellement, lors de ma dernière hospitalisation, j'étais dans un mutisme total tant la douleur était forte et intense. Parfois, ça m'arrivait de me taper dessus pour atténuer la douleur.

Aucun infirmier ou infirmière ne venait me voir.
Je n'avais aucun contact oral ou écrit.
Je m'affaiblissais de plus en plus, je restais alitée.

Le traitement que j'avais n'étais pas "le bon" ; cela fait un an que je change de traitement depuis que je me suis tournée vers le CMP Blanqui. Un des psychiatres m'a donnée une ordonnance sans me connaître. Je lui ai fait confiance et je n'aurais pas dû.

Il parlait en terme de molécules, de chimie.
Pour résumer, il se foutait bien de moi dans la mesure où mon état depuis ce nouveau traitement s'empirait ; j'avais d'importants vertiges, des nausées, ...

Cela ressemblait à un sevrage de "drogués".
J'arrivais à peine à marcher seule, à me servir à table seule, ...

Comment peut-on laisser les gens en souffrance psychique si longtemps ?
Comment peut-on rester regarder les gens en souffrance psychique ?

Les hôpitaux psychiatriques sont, pour certains, un lieu de repos pour se reconstruire.

Pour ma part, cela était une expérience "dévastatrice" tant la douleur était omniprésente : du matin au soir, mon cerveau se réactivait ainsi que les idées plus que noires ; des idées suicidaires.
Enfin, dans cet établissement, j'en ai vu et entendu des choses mais la dernière m'a plus que marquée dans la mesure où l'inhumanité joue un rôle primordial.

Concernant les toxiques, l'alcool et la drogue, il existe un véritable marché avec les fournisseurs et les clients.
Dans la plupart des pavillons où j'étais, la drogue circulait facilement, aux yeux notamment des soignants.

Un véritable s'est organisé depuis des années ; certains planquaient des bouteilles d'alcool dans les arbres, les sapins.
Les patients, certains avec une pathologie plus sévère que les autres, consommaient des toxiques avec leurs traitements habituels : des effets secondaires peuvent-être impressionnants.

Les patients "consommateurs" touchent tous les âges.

Le monde "psychiatrique" est un monde particulier avec des pathologies multiples à des degrés plus ou moins importants.

Et, des patients de plus en plus jeunes ; ce qui peut faire peur.

La société actuelle ou, plutôt, société du numérique où tout est accessible pour les plus jeunes enfants offre une image anormale, notamment de la sexualité.
La pornographie est également "gratuite" pour les enfants qui ont accès à Internet sur les smartphones ou i phones.

Les enfants ne font plus la différence entre la réalité et la virtualité.
Internet peut donner une image "fausse" de l'acte amoureux.
Il n'y a plus de repères, bousculés par des sociétés de plus en plus individuelles, développées, dangereuses avec un amalgame des religions.