

## **Cela m'a aidée à comprendre la maladie**

Il y a 14 ans, j'étais en pleine noirceur. Je ne pouvais comprendre ce qui m'arrivait. Ma fille de 17 ans était hospitalisée en psychiatrie pour tentative de suicide. Qu'est-ce que j'avais fait pour en arriver là? La culpabilité était très forte. Lorsque j'allais voir ma fille, elle était droguée par les médicaments. Elle avait des tics. Elle se comportait drôlement. On me disait que c'était les effets secondaires des médicaments.

Moi, infirmière, j'étais impuissante, je ne savais pas quoi faire. Je m'étais occupée d'elle depuis sa naissance...j'en avais pris soin du mieux que je pouvais et là j'étais devant une inconnue.

Après plusieurs moi d'hospitalisation, le diagnostic tomba : schizo-affective. Je niais, elle n'avait pas de maladie mentale, car il y en avait pas dans ma famille, ni chez mon conjoint. Le médecin me dit que cela peut se déclarer en tout temps, car il faut une première fois.

De retour chez moi, elle avait l'air de bien aller, mais elle était inactive, amorphe, dormait peu la nuit et, sans qu'on s'y attende, elle fit une autre tentative. Elle sortait de l'hôpital et elle recommençait de plus en plus souvent. J'étais désespérée.

Ma fille alla dans plusieurs organismes dont «La Maisonnée», «Quatre Saisons», «L'athénée» et, à plusieurs reprises, dans des «Centres de crise». Elle revenait toujours par la suite à la maison.

Mais ma fille continuait à ne pas vouloir vivre, à être mal dans sa peau et elle disait que dans ce monde-ci, c'était trop dur à vivre.

Un jour, fatiguée de vivre ces hauts et ces bas et de tout prendre en charge, je dis au médecin que je ne pouvais plus la garder chez moi. Après une discussion en comité, on décida de l'envoyer au CTR (Centre de traitement et de réadaptation de Nemours) où elle aurait un encadrement qui l'aiderait à gérer sa maladie.

Et, petit à petit, ma fille a appris à se prendre en main, à essayer de fonctionner dans cette société exigeante. Il y a encore des hauts et des bas mais, aujourd'hui, je suis fière d'elle. Elle continue à se battre avec la maladie et les effets secondaires de ses médicaments. Je l'admire aussi pour tous les efforts qu'elle doit fournir chaque jour pour survivre.

La vie, c'est difficile pour tous, mais avec une maladie mentale, l'exigence est encore plus forte, car il y a des préjugés, des tabous et parfois les gens ont peur de cette maladie. Et la personne qui a la maladie se sent bien souvent pas comme tout le monde et s'isole.

Comme parent et mère, on a besoin d'un soutien. Ma sœur me conseilla d'aller voir un organisme, «La Boussole», ce que je fis. Cela m'a aidée à comprendre la maladie par des cours reçus, m'a aidée moi-même avec les conseils d'un thérapeute et, avec un groupe de parents, à comprendre que je ne suis pas seule à vivre avec un proche qui a une maladie mentale.

Beaucoup de choses ont changé dans ma vie. J'ai appris à dire non, à penser à moi, à regarder la vie sous un autre angle, à apprécier les petites choses de la vie. J'ai appris à vivre de beaux moments avec mes enfants, à les accepter tels qu'ils sont. Ma fille, aujourd'hui, est toujours suivie au CTR. Elle a un bon encadrement qui l'aide à mieux vivre. Elle travaille à temps partiel et peut avoir des projets.

Avec cette maladie qui nous a frappés il y a 14 ans, ma famille a grandi et est plus forte que jamais. J'ai fait pour ma part des choses que je n'aurais jamais entreprises sans la maladie de ma fille. Par exemple, j'ai fait un livre de recettes donné à La Boussole pour des dons et l'idée des témoignages de ce livre. J'espère que cela aidera d'autres personnes à grandir. Et, lorsque l'occasion se présente, je parle de maladie mentale afin d'arrêter qu'on ait peur ou d'avoir des préjugés et afin que cela ne soit plus tabou. Un peu de bénévolat à La Boussole me rend meilleure et plus ouverte aux autres.

Et, demain, on pourra dire aux autres sans peur : « Ma fille a une maladie mentale », car cette maladie prend des formes différentes, mais contrôlables dans la majorité des cas et, surtout, vivre comme tout le monde. Car, ils ont le droit.

Ne laissons pas la vie nous glisser entre les doigts. Arrêtons de nous culpabiliser ou de tenter de compenser nos manques. Tournons la page et recommençons à vivre maintenant avec ce qui fonctionne à merveille dans notre vie.

Une maman qui vit un jour à la fois