

Il y a toujours des alliées quelque part

Même avant que je sois née, ma mère était atteinte de schizophrénie. C'est un mot difficile à prononcer, une maladie encore plus difficile à comprendre.

Aussi loin que je me souviens, ma mère a toujours agi différemment des autres. Elle posait des gestes étranges en public et ça me gênait. Elle dormait beaucoup et ne se préoccupait pas beaucoup des tâches quotidiennes. C'était mon père qui prenait la relève. Ma marraine me gardait souvent, mes frères s'occupaient de moi, je me sentais quand même bien entourée. J'aimais l'école et j'y récoltais de bons résultats. Malheureusement, mes parents n'y portaient pas attention et ça m'attristait.

Quand ma mère se sentait bien, je partageais de beaux moments en sa compagnie. Elle chantait, me racontait des histoires. J'avais confiance en elle et si elle me mettait en garde contre quelque chose, je l'écoutais, même si la réalité du danger n'était pas toujours réelle. J'ai appris très tôt à me débrouiller. À sept ans, je préparais mes repas et à dix ans, je faisais l'épicerie pour toute la famille.

J'ai aussi appris à épier les moindres changements d'humeur pour me préparer aux crises éventuelles. Chez nous, tout le monde savait quand une crise se préparait. La tension était palpable. Je ressentais de la rage, de la tristesse et de l'impuissance. Après le choc de l'hospitalisation de ma mère, parfois sous escorte policière, on vivait une période de soulagement et de répit. Je trouvais l'hôpital psychiatrique lugubre. La médication calmait ma mère, mais la rendait parfois comme une « zombie ». Je m'ennuyais d'elle lors de ses longs séjours à l'hôpital et encore plus dans certains moments de ma vie d'enfant, vivant chacune de ses rechutes comme un nouvel abandon.

A l'adolescence, je me suis distanciée d'elle, ne voulant surtout pas lui ressembler même si elle était intelligente et généreuse. Lorsqu'elle était délirante, elle donnait son opinion à propos de tout et de rien dans les tribunes téléphoniques et j'en avais honte. Elle me refusait des sorties en classe pour des motifs nébuleux. Je ne savais jamais à quelle mère je m'adressais. J'ai donc appris à contourner ses décisions. En m'éloignant de la famille, mon autonomie et la confiance en mes moyens se sont renforcées. De bonnes amies m'entouraient, me protégeant sur le plan émotif, c'était mes « garde-folles ». Tous les membres de ma famille gardaient d'ailleurs une certaine peur de devenir malades ou craignaient que leurs enfants le soient. Je me suis longtemps tenue loin de la psychiatrie jusqu'au jour où... Non, je ne suis pas devenue malade, mais d'autres membres de ma famille l'ont été. Ça arrive d'ailleurs dans les meilleures familles!

J'ai cheminé en m'engageant dans mon quartier pour différentes causes et je suis devenue travailleuse sociale. J'avais toutefois évité de travailler en psychiatrie. Un jour, j'ai accepté un contrat pour suivre à l'externe des personnes atteintes de maladie mentale et leurs proches. J'avais craint longtemps que la maladie de mes proches ne nuise à ma crédibilité. J'ai relevé la tête, me disant entre autres : a-t-on honte qu'un de nos proches ait le cancer? J'ai pu constater que je m'étais rétablie de mes

« Aujourd'hui, tous les espoirs sont permis. »

blessures d'enfance et j'ai pris beaucoup de plaisir et de satisfaction dans ce travail. Je partage ma joie de vivre et surtout l'espoir dans une forme ou l'autre d'un rétablissement.

Ma mère a vécu jusqu'à l'âge de 72 ans dans un centre pour personnes âgées en dehors du réseau de la psychiatrie. On la percevait comme étant un peu étrange. Pour moi c'était comme une *normalisation*, puisqu'elle ne portait plus l'étiquette de la psychiatrie et, par le fait-même, moi aussi je me débarrassais de l'étiquette de famille « psychiatisée ». J'ai beaucoup aimé ma mère. Elle m'a appris la bonté et l'acceptation inconditionnelle de l'humain.

Aujourd'hui, tous les espoirs sont permis. On soulage les symptômes de cette maladie beaucoup mieux qu'à l'époque de la maladie de ma mère. Par contre, son évolution et son pronostic demeurent difficiles à prévoir. Aussi, il faut donner toutes les chances à la personne de se rétablir. La personne atteinte progressera si elle peut exploiter ses talents, trouver un sens à sa vie et prendre sa place dans la société. Je sais que ce n'est pas évident et que vous vous butez sans doute à toutes sortes de problèmes. C'est le cas des autres proches aussi! N'hésitez donc pas à recourir aux organismes de soutien aux proches et rappelez-vous qu'il y a toujours des alliées quelque part, même dans les institutions. La maladie du parent a parfois des conséquences inattendues sur les enfants : tel le développement de la compassion au point d'en faire une profession.

C. C.