

« Les voix sont une expérience humaine digne d'intérêt! »

Le REVQuébécois rencontre le REV France !

Il y a quelques temps (juin 2013), avait lieu, en France au Centre psychothérapeutique de Nancy le premier rassemblement international francophone dédié à la question des « entendeurs de voix ». Organisé entre autres par Yann Derobert¹ du Réseau français des entendeurs de voix (REV France), et faisant suite à une collaboration suivie entre les réseaux français et québécois (REVQuébécois), l'événement réunissait en un même lieu toute une brochette de sommités et de spécialistes du phénomène. Ainsi les Marius Romme², Sandra Escher³, Paul Baker⁴, Mireille St-Onge⁵ et plusieurs autres en provenance de différents pays, Allemagne, Belgique, Canada, Danemark, France, Kenya, Pays Bas, Royaume Uni, Suisse, étaient présents. Brigitte Soucy, bachelière en psychoéducation, auteure, fondatrice du programme *Mieux vivre avec les voix* et du REVQuébécois et agente de développement à l'organisme Le Pavois (de Québec) participait, elle aussi (en compagnie de son collègue Pierre Thivierge, agent de rétablissement) à cet important congrès. Dans l'article qui suit, outre de faire un bref compte-rendu de ce riche événement, Brigitte fait ressortir quelques-uns des principaux aspects qui auront été soulevés.

NDLR

*« Considérer les voix comme un phénomène humain chargé de sens crée
une révolution en psychiatrie! »*

« Le rétablissement n'est pas une exception mais une règle si l'on travaille correctement ».

Yann Derobert

Par Brigitte Soucy
b.soucy@lepavois.org

Pourquoi dépasser la psychiatrie traditionnelle?

L'idée traditionnelle que les voix sont un symptôme d'une maladie mentale piège la personne et l'enferme dans une situation sans issue. De même, les médias et les préjugés de la société vis à vis la personne ayant un diagnostic de schizophrénie créent une forme de fatalité.

Il s'avère primordial de lutter contre certaines idées de la psy-

chiatry traditionnelle qui amènent la personne à préconiser la suppression des voix, l'évitement de celles-ci, les distractions, de ne pas les écouter, de ne pas s'en occuper ou de croire qu'elles font partie de son imaginaire. Agissant de cette manière, la personne est déniée et isolée dans ses expériences souffrantes.

M. Le Duigou⁶ dit : « Sans ce mouvement c'est le désespoir, l'inaction, la catégorisation et la négation de ce que vit et ressent la personne. Ce mouvement permet la création d'une alliance avec la per-

sonne axée sur la vérité et la confiance. »

M. Romme proclame que les voix sont une expérience humaine digne d'intérêt. Il comprend toutefois que certaines personnes ont peur de s'affranchir du modèle psychiatrique traditionnel, par exemple : peur de la rechute ou que la situation se détériore, peur d'être jugées négativement, peur d'être marginalisées, d'être moins épaulées. D'autres personnes, malgré leur ouverture, se sentent impuissantes pour aider la personne.

Quelle est cette nouvelle orientation positive?

Avec ce mouvement, la personne est reconnue et appuyée dans un processus actif d'adaptation. S'intéresser aux voix et prendre le temps

« S'intéresser aux voix et prendre le temps de les écouter est une partie de la solution. Les voix ont une raison d'être. Il faut développer l'art de parler avec les voix. »

de les écouter est une partie de la solution. Les voix ont une raison d'être. Il faut développer l'art de parler avec les voix. La personne peut donner un sens à ses manifestations souvent liées à sa propre histoire de vie. Les voix ont été pour certaines personnes l'occasion de se réconcilier avec certaines expériences de vie ou certaines parties d'elles-mêmes qui étaient morcelées. Les voix peuvent exprimer les émotions difficiles de la personne ou sa relation avec le monde. Dans certaines situations, les voix représentent l'identité d'un abuseur et ainsi elles peuvent être une opportunité pour la personne de se libérer de cette situation émotive non résolue. Explorer la reconstruction de la relation aux voix est une belle avenue!

M. Demassiey⁷ dit : « Les voix m'ont dédié un message lié à mes émotions passées non intégrées. Les voix m'ont permis de revivre ces émotions et de me les réapproprier en les vivant et les exprimant. À l'intérieur de ce processus, j'ai démystifié le phénomène des voix, j'ai osé m'affirmer avec les voix, j'ai partagé mon vécu. Maintenant je suis un homme heureux ».

M. May⁸ nous rappelle que dans ce processus d'adaptation, les personnes passent de la peur chronique vers un apprivoisement du phénomène avec une certaine quiétude. Afin de mieux comprendre l'orientation préconisée, il

effectue un parallèle avec le mouvement des homosexuels qui se sont affranchis des préjugés, des tabous, de la négation vers la compréhension, l'expression de leur différence, l'acceptation, la déstigmatisation, l'égalité et la libération. Voilà à peine quelques années, l'homosexualité figurait dans le DSM comme étant une pathologie et non comme une différence humaine.

« Les voix ne sont pas une pathologie puisqu'une partie de la population, n'ayant aucun diagnostic, vit cette expérience. »

Dr Romme nous informe que 5% de la population entendent des voix. Pour lui, « les voix ne sont pas une pathologie puisqu'une partie de la population, n'ayant aucun diagnostic, vit cette expérience. Il s'agit plutôt d'une variation humaine.

La différence entre les personnes qui sont dans les services psychiatriques et les autres, est que le premier groupe a peur de ses voix. Le deuxième groupe préserve son identité personnelle, accepte ses voix et utilise des stratégies

d'adaptation plus actives en relation avec ses voix ».

M. Baker et M. Davis⁹ mettent l'emphase sur le fait que les réseaux d'entendeur de voix appuient les droits humains, la justice sociale et la dignité de la personne. Cela amène la société à opter pour une plus grande humanité et sensibilité rendant ainsi le monde meilleur.

Mme Krummenacher¹⁰ souhaite que nous brisions cette guerre idéologique qui catégorisent les voix en leur attribuant une croyance prédéterminée soit : un dysfonctionnement du cerveau (maladie), ou un vécu émotionnel à l'intérieur de la personne (psychologique) ou une communication avec un monde invisible ou une capacité surnaturelle, telle un don. Pour elle, l'important est de les démystifier, de donner à la per-

sonne l'opportunité de s'exprimer quant à son vécu (qui a souvent l'effet d'un tremblement de terre dans sa vie). Mme Krummenacher¹⁰ mentionne « soyons là pour que la personne se retrouve dans cette expérience humaine qui change le rapport au monde. Les personnes vivant ce phénomène ne savent plus où se raccrocher, nous avons à faciliter cette adaptation en amenant la personne à demeurer en relation avec elle-même et à maîtriser sa destinée.

Mme Escher a mené une recherche auprès d'enfants de 8 à 19 ans qui entendent des voix. Après 3 ans, 60% ont perdu leurs voix. Au début, les enfants vivaient de l'anxiété, de la dépression et la fréquence des voix était élevée. En considérant les voix, non pas comme une expression de la folie, mais comme l'expression de problèmes à résoudre et la recherche de solutions, nous pouvons les aider.

Qu'est-ce qui distingue le service Mieux vivre avec les voix du réseau international :

Ce qui démarque l'approche québécoise développée par Le Pavois du

mouvement international, c'est la double orientation caractérisée par l'appropriation du pouvoir en relation aux voix mais aussi à la vie.

Ainsi le service québécois individuel et de groupe Mieux vivre avec les voix, donne de l'appui à la personne dans la relation à ses voix tout en l'épaulant dans la réalisation de ses rêves et projets de vie. Dans ce processus dynamique, les voix et la vie se modifient au fil du temps vers le mieux-être de la personne. Le cheminement de quelques personnes qui ont fréquenté le service et qui se sont libérées de l'emprise des voix tout en réalisant des projets chargés de sens pour elles a été partagé. D'ail-

leurs, la présentation des résultats de recherche par Mme St-Onge, est venu étayer les effets bénéfiques chez les participants à ces groupes.

Au cours de ce voyage, d'autres activités de formation ont été réalisées par Brigitte Soucy et Pierre Thivierge : un débat conférence à l'Université de Paris 8, deux conférences au Centre de psychiatrie communautaire attaché à l'Université de Budapest et une rencontre avec le ministre adjoint de la santé de la Hongrie en collaboration avec la Dre Judit Hanrangozo, psychiatre, M. Zsolt Méréty et son fils Daniel afin de promouvoir cette forme d'appui.

Voici quelques références pour approfondir le sujet :

Mieux vivre avec les voix, un outil d'animation et de formation par Brigitte Soucy et Myreille St-Onge aux Éditions Claude Bussières (2012). 293 pages.

Accepter les voix par Dr Marius Romme et Sandra Escher. Traduit par Émilie Montpas, Le Pavois aux Éditions Claude Bussières (2012). 313 pages.

Pour information, formation, bsoucy@lepavois.org

Le REVQuébécois est une collaboration entre :



Le Pavois
Osez le Pavois



Bientôt le site Internet du REVQuébécois vous permettra d'en découvrir davantage!



Brigitte Soucy, Pierre Thivierge, Myreille St-Onge, et Yann Derobert

Notes :

- ¹ Yann Derobert : fondateur, coordonnateur du REV France et psychologue en France.
- ² Marius Romme : psychiatre et professeur de psychiatrie sociale de la faculté de médecine de l'Université de Maastricht, auteur et initiateur du mouvement international des entendeurs de voix, des Pays-Bas.
- ³ Sandra Escher, chercheure au laboratoire de psychiatrie sociale et d'épidémiologie psychiatrique de l'Université de Maastricht et chercheure honoraire à l'Institut de politique en santé mentale de l'Université de Birmingham des Pays-Bas.
- ⁴ Paul Baker : travailleur social, coordonnateur du réseau international et directeur d'International Centre for Recovery Action du Pays de Galles au Royaume-Uni.
- ⁵ Myreille St-Onge : professeure à l'École de service social, Université Laval au Québec, chercheure et coauteure de Mieux vivre avec les voix.
- ⁶ Erwan Le Duigou : psychiatre de France
- ⁷ Vincent Demassiey : vice-président du REV France, expert par expérience donnant de l'appui à deux groupes d'entendeurs de voix de France.
- ⁸ Rufus May : psychologue, auteur, conférencier et entendeur de voix du Danemark.
- ⁹ Hywel Davis : président du réseau d'entendeurs de voix et entendeur de voix du Pays de Galles, Royaume-Uni.
- ¹⁰ Theresja Krummenacher : fondatrice et coordonnatrice du réseau d'entraide d'entendeurs de voix de la Suisse.