

Bonjour,

Je suis une jeune femme de 24 ans et vous écris car je considère avoir été victime de ce que l'on appelle un abus psychiatrique.

Ma vie a basculé le 18 janvier 2008 sans même que je ne m'en rende compte et depuis je vis dans un cauchemar qui ne peut se décrire.

Pour mieux comprendre, je vous invite à remonter le temps de quelques mois. Titulaire d'un bac + 5 Finance (plus précisément finance de marché) obtenue à l'Université Paris Dauphine en juin 2007, j'ai décidé de partir vivre aux Etats-Unis (New York) afin d'y effectuer un stage (plus précisément : un VIE, Volontariat International Entreprise) en salle des marchés dans une célèbre banque française et de réaliser ainsi mon rêve. Cette expérience professionnelle était censée durer 1 an au minimum. En juillet 2007, c'est le grand départ et tout se passe comme prévu à l'arrivée. Les 6 premiers mois se déroulent très bien autant du point de vue professionnel que privé et l'expérience devient de plus en plus épanouissante et enrichissante. Etant donné que cela faisait un bout de temps que je n'avais pas vu ma famille, je me suis décidée à rentrer passer une petite semaine à Paris. Mais tout ne se passe malheureusement pas comme je l'avais envisagé. En arrivant à Paris, je ne sais pourquoi je ressens une légère angoisse et je me rends compte que je ne dors pas très bien. Rien de spécialement grave jusque là...

Je décide cependant d'aller en parler à mon généraliste : on est un vendredi soir, j'arrive en retard au rendez vous (comme à mon habitude), et il ne me reçoit pas, ceci m'a été fatal, c'est le coup de grâce...Ce n'était décidément pas mon jour et les circonstances n'étaient pas à mon avantage. Le week-end approchant et repartant bientôt aux Etats-Unis, j'ai besoin de savoir si tout va bien. Malheur à moi... je fais appel à une psychiatre et me retrouve quelques heures plus tard dans son bureau pour une consultation. Je ne me rendais pas encore compte à ce moment là que j'étais en train d'ouvrir la porte me dirigeant vers la descente aux enfers... Je trouve chez ce médecin une oreille attentive et je ne pouvais que lui faire confiance ! Je lui fais alors part de mon sommeil pas très récupérateur (il s'agit de 2-3 nuits pas de plusieurs mois ! et ceci devait être d'ailleurs dû au décalage horaire !) et de ma légère angoisse. Verdict : Dépression et prescription de médicaments psychotropes (un antidépresseur Citalopram, un anxiolytique Lysanxia et un hypnotique Théralène). Lourd, très lourd pour ce que j'avais mais je ne m'en rendais pas encore compte. Dépression, je ne savais même pas ce que c'était ! Alors psychotrope encore moins ! Pour moi c'est un médecin, elle ne pouvait pas se tromper. Faire confiance, là a été ma faille, ma naïveté.

Et c'est là que tout a commencé, ou plutôt que tout s'est arrêté. La descente à 2000 km/h qui avait pour destination l'enfer était venu m'entraîner. Ce que j'ai ressenti en prenant le traitement ? Rien...j'ai dormi presque sans arrêt pendant au moins quatre jours. J'ai dû bien sûr repousser mon départ et rester plus longtemps sur Paris que prévu. Après une semaine et demi de traitement, je me suis décidée à repartir pour New-York car je ne voulais pas non plus me mettre à dos mon patron qui m'attendait, mais je sentais que quelque chose ne tournait plus rond en moi, c'était si étrange... Tout a été si rapide, foudroyant même. En arrivant sur place, c'est là que je me suis rendue compte de la gravité de la situation, il n'y a pas de mot, c'était une catastrophe.

Tout d'abord, au travail j'avais des troubles de mémoire, il m'était presque impossible de me rappeler des tâches que j'avais effectué durant les six premiers mois, très difficile de les refaire, amnésie... Ensuite c'était l'incapacité de me lever le matin (forte asthénie), c'était comme si je n'avais pas dormi du tout de la nuit, j'allais travailler à peine une fois tous les deux jours et je ne pouvais me concentrer plus d'une matinée ou d'une après midi; c'était le maximum que je pouvais faire. La nuit, le jour, c'était devenu la même chose pour moi. Mes collègues ne cessaient de me demander ce qu'il m'était arrivé et ce que j'avais fait lorsque j'étais à Paris...

Je pensais que l'amnésie s'arrêtait là mais outre cette incapacité de concentration et ces pertes de mémoire considérables au niveau des tâches de travail, j'ai réalisé que j'avais même oublié qui j'étais : une sorte d'amnésie sur moi même, ou dépersonnalisation si l'on veut parler avec des mots précis...

Plus d'énergie, aucune énergie...impossible de la canaliser normalement. Les jours se suivaient et se ressemblaient, mon humeur ne changeait plus comme avant, elle était constante, monotone...

Lorsque je sortais avec mes amis (pour essayer de faire comme d'habitude), impossible de parler ! Les mots, les idées, rien ne venait spontanément, je ne pouvais plus m'exprimer, je mettais un temps fou pour réfléchir à une phrase et la dire à haute voix... Et si j'y parvenais, je parlais en bégayant et avec difficulté. Bref, j'étais devenue mutique et n'étais plus du tout réactive. Mais quel était mon humour, comment étais-je avant, quel était mon tempérament, mon caractère, ma personnalité? C'était impossible de m'en souvenir sur le moment. J'avais l'impression que mon cerveau avait été lavé, vidé, j'avais le sentiment d'être un enfant enfermé dans le corps d'un adulte et de venir de naître. Je vous laisse imaginer le choc et la panique générale pour moi et même mes amis qui me regardaient alors comme une extraterrestre et avaient même peur de moi. Mais qu'est ce que l'on m'avait donc fait ? J'avais l'impression d'avoir été un cobaye, je sentais que mon âme était partie, qu'elle avait été violée. Je sentais que mon cerveau ne marchait plus ! Il n'était plus fonctionnel ! Ce n'était plus moi, j'étais devenue complètement débile ! Et ce n'était que le début : l'envie de commettre des meurtres a commencé à m'envahir, des idées de décapitation, de suicide, tout était mélangé dans mon esprit (enfin, ce qu'il en restait). « Ca y est, j'étais finie, j'étais devenue folle ». Quand j'étais seule dans ma chambre ou la salle de bain, je me surprénais à faire des grimasses, j'avais des tics, des tocs, et je m'observais dans le miroir en train de faire cela, c'était effrayant. Mon colocataire ne me reconnaissait pas et je le voyais me regarder de manière interrogative... Lorsque j'ai eu assez de force pour comprendre que les « médicaments » psychotropes étaient à l'origine de tout cela, je me suis alors rendue aux urgences de l'hôpital qui se trouvait dans le nord de Manhattan afin de leur demander conseil. Après quelques jours passés dans cet hôpital, et voyant que mon état ne s'améliorait pas, ma mère a été alertée et est alors aussitôt venue me chercher afin de me ramener à Paris. Mon patron me voyant dans cet état m'a clairement fait comprendre que je devais quitter le VIE et signer la lettre d'arrêt de travail, ce que j'admis tout de suite. Mes amis, mes collègues m'ont vue dans cet état qui ne porte pas de nom, je vous laisse imaginer l'humiliation que cela comporte en plus de la réalité des faits. Mon image a été salie et détruite. Mon âme a été volée. Ne serait-ce pas une des pires choses qui puisse arriver à un être humain ?

Qu'est ce que je ressentais? Plus rien, j'étais anesthésiée, aucune émotion ne pouvait m'atteindre. Un petit problème d'insomnie et d'anxiété a été transformé en un clin d'œil en un délire psychotique grave et une dépersonnalisation sévère, tout cela parce que j'ai contacté un psychiatre, ma confiance était vraiment mal placée ce jour là... Je n'avais pas l'habitude de consulter des médecins et donc encore moins de m'en méfier...

Le cercle vicieux, la spirale infernale et destructive de la psychiatrie m'avait prise en otage : en effet, le trouble que j'ai décrit plus haut était si fort que j'ai été amenée à consulter un autre psychiatre en rentrant à Paris et la prescription de neuroleptiques a alors suivi... A quoi bon vivre dans ce type d'enfer que l'on ne peut nommer? Je fis donc une tentative de suicide quelques mois plus tard et me suis alors retrouvée dans un hôpital psychiatrique (Maison Blanche) pas très loin de chez moi.

Tout ce que j'avais construit depuis ma naissance, comprenant mes études et le travail effectué sur ma personnalité avait été annulé et détruit en une fraction de seconde sans même que je le réalise. Une tierce personne avait apparemment jugé bon de le faire ; elle a fait basculer ma vie, elle l'a détruite, tranquillement sans état d'âme et sans me demander mon avis !

Ce que je lui reproche ? Simplement de ne pas m'avoir prévenue des risques que j'encourais en prenant ces « médicaments », des effets secondaires graves que le traitement comportait (qui ont été pour moi plutôt les effets principaux!) et aussi de ne pas m'avoir dit qu'il était dangereux d'arrêter les médicaments brutalement (je les ai arrêtés petit à petit mais de toute façon ça ne changeait rien : le mal était fait). J'ai appris d'ailleurs plus tard que les effets que j'ai eu étaient d'autant plus accentués que je suis jeune. Cela n'aurait pas été compliqué pour elle de m'informer (défaut d'information), d'autant plus qu'elle est censée connaître la dangerosité de ces médicaments ! Si tel avait été le cas, je n'aurais alors pas pris ces cachets et cela aurait évité bien des souffrances; ma vie n'aurait pas été détruite, en tout cas pas de cette façon là... Elle m'a prescrit des antidépresseurs comme elle aurait pu me prescrire des dolipranes, il n'y avait pas de différence quant au danger que présente le médicament. De plus, ce genre de traitements nécessite en général un suivi mais elle ne m'a rien proposé et m'a simplement dit que je pouvais repartir sans souci à New-York... En outre, je trouve cela anormal et grave qu'elle m'ait diagnostiquée dépressive en à peine ¼ d'heure d'entretien et avec les symptômes assez bénins que je présentais ; ce diagnostic était selon moi totalement erroné et a eu des conséquences gravissimes. Elle m'a prescrit ces drogues sous prétexte de rééquilibrer un déséquilibre chimique. Or il n'y en avait pas, les « médicaments » n'ont alors fait que limiter les capacités de mon cerveau. En d'autres termes, j'étais entrée dans son cabinet saine d'esprit et sans aucune maladie, je suis ressortie avec dans la main,

l'ordonnance me menant tout droit vers la maladie mentale, la vraie : le sentiment d'avoir en quelques sortes été piégée est très présent chez moi...

Aujourd'hui, je vis comme dans une bulle imperméable dont je ne peux sortir, malgré mes efforts. Totalement dépersonnalisée et éteinte, j'ai le sentiment d'avoir été empoisonnée gratuitement sans pourtant n'avoir fait aucun mal à personne. Je suis comme dans un coma éveillé. Il m'est devenu très difficile d'avoir une conversation intéressante avec quelqu'un, de ressentir des émotions et de vivre tout simplement comme tout le monde. Je ne ressens ni la joie, ni le plaisir, ni la tristesse, j'ai des difficultés à réfléchir, à penser, à rire, je ne ressens plus la fatigue ni toute sensation ou sentiment qu'un être humain normal peut avoir... Je n'ai plus d'humour, plus de spontanéité et je mène une existence sans plus aucune joie de vivre. En résumé, je vis comme un zombi, le regard inexpressif et vide.

Une vie sociale normale ? Il m'est impossible d'avoir des relations sociales (amitié, amour etc.) étant donné les difficultés de communication et d'élocution que j'ai maintenant. Le métier que je comptais faire (continuer à travailler en salle des marchés en tant que commerciale/sales) ? On choisit un métier en fonction de sa personnalité, de son caractère. Je suis à des années lumière de pouvoir l'exercer maintenant, étant donné le charisme et l'intelligence qu'il nécessitait. Mais que peut-on donc faire d'ailleurs dans la vie sans plus aucune personnalité et avec des difficultés de communication assez importantes ?

Et je regarde la vie passer comme dans un film, comme une spectatrice contemplative et impuissante sans pouvoir interagir ni retourner en arrière tant ça a été brutal et foudroyant. Chaque jour est un supplice. Toutes les nuits je rêve que je parle normalement, que j'ai des discussions passionnantes comme avant, des fous rires, que je suis avec plein de monde à Paris ou à New York. Mais quand j'ouvre les yeux, la réalité reprend son cours et le cauchemar continue ... ce n'était qu'un rêve... et je repasse le film de ce qui s'est passé si rapidement pour en arriver là. Ça fait 8 mois et rien a évolué, plus le temps passe et plus je m'éloigne de moi-même et de l'espoir de guérison qui fait en sorte que j'arrive à tenir. Je ne parle jusque là que de moi; mes parents et amis proches ont également beaucoup souffert de cela, ma vie de famille a été extrêmement perturbée.

Depuis le début de la lettre je parle de la transformation mais je souhaite quand même décrire le type de personne que j'étais et le style de vie que je menais. J'étais une jolie fille, intelligente, dynamique et pétillante (j'ai toujours été modeste et humble mais je vais faire exception pour cette lettre). On disait de moi que j'étais pleine de vie. En effet, j'étais amoureuse de la vie, je riais beaucoup et avais beaucoup de projets (comme toutes les filles, je rêvais de construire une famille plus tard...) et d'ambitions. Je voulais aller loin et j'avais d'ailleurs fait les études pour... Ma vie avait bien commencé... J'étais quelqu'un de très sociable, vive d'esprit, sympathique, coquette, j'avais toujours beaucoup d'ami(e)s, et un besoin d'être aimée et d'aimer m'animait toujours. J'étais pleine d'énergie (on m'appelait la pile électrique), enthousiaste et je parlais beaucoup... J'étais toujours la première à motiver les amis pour sortir ou organiser un événement. Toujours la première à conseiller et analyser les problèmes de tout le monde... Oui, c'est vrai j'adorais philosopher sur la vie en général, j'étais une battante et avais un grand cœur ! J'aimais les gens, les relations humaines, cela me caractérisait. J'étais la joie de vivre incarnée, et avais toujours le sourire... Ma présence était appréciée des gens en général; j'étais souvent invitée dans les soirées (cocktails etc.) « huppées » organisées. Au niveau des petits amis, j'étais comme beaucoup de filles équilibrées et bien dans leur peau, j'aimais toujours plaire et séduire... En résumé, j'avais une existence normale pour une personne de mon âge, plutôt bien remplie et ma personnalité était intéressante et affirmée. Bref, j'étais une fille aimée et comme vous l'avez compris, je suis aujourd'hui à des années lumière de ce que j'étais. J'aimais les difficultés de la vie et les montagnes à devoir gravir pour avancer car ça faisait murir et apprendre beaucoup de choses mais pas la destruction de l'âme irréversible et la régression radicale, tout mais pas ça... personne ne le mérite, pas même un meurtrier.

Aujourd'hui je regarde mes amis évoluer et construire leur vie comme je le voulais aussi et comme j'étais en train de le faire... Je ne vois plus personne et m'isole étant donné que j'ai trop honte de ce qu'il m'est arrivé et je ne veux pas qu'ils éprouvent de la pitié pour leur chère (ex) amie ou meilleure amie. Les seules choses qu'il me reste, ce sont des souvenirs d'une vie antérieure. D'ailleurs, et comme vous avez pu le remarquer, je vous donne mon numéro de fixe car je ne vois plus la nécessité d'avoir un téléphone portable vu les difficultés que j'ai désormais à communiquer ;

comme vous pouvez l'imaginer, le portable était pour moi un instrument indispensable duquel je ne pouvais me passer étant donné le type de caractère et de personnalité que j'avais...

Ne s'agit-il donc pas d'un gâchis ? A l'âge où l'on construit sa vie, où l'on a plein de projets, je « vis » aujourd'hui comme un zombi, en d'autres termes ce n'est pas une vie mais une survie ; je n'aurais rien fait de 1 an à 23, quelle aurait été la différence ? Peut-être même que la vie aurait été plus prometteuse... L'avenir, les buts ? Ce sont des mots dont je ne connais plus la signification malheureusement. Je passe mon temps à m'imaginer ce que je serais aujourd'hui et tout ce que j'aurais fait dans ma vie si rien de tout cela ne s'était produit. Mais je suis malheureusement contrainte de mener une « vie » inintéressante, sans plus aucune vie sociale ni professionnelle et surtout sans projets de construction; me marier et avoir des enfants un jour me paraît désormais irréel...Je dois faire non seulement le deuil de ma vie passée mais aussi celui de la vie future que j'avais espéré avoir...

De la même façon que l'on n'a pas le droit de tuer, comment quelqu'un peut-il se permettre de briser et détruire la vie gratuitement d'une personne en prétendant l'aider, d'autant plus si elle lui accorde sa confiance ? Les psychiatres prescrivent des drogues légales beaucoup plus fortes que la plupart des illégales, et surtout plus dévastatrices. Il faut arrêter le massacre de toutes ces âmes innocentes...

J'espère un jour obtenir justice et réparation de tous ces dommages incommensurables mais ça ne me rendra malheureusement jamais mon âme, ma personnalité et donc la vie que je devais mener...

J'autorise les associations qui luttent contre les abus psychiatriques à utiliser mon témoignage (anonymement svp).

Merci de m'avoir lue.

Aurélie