

L'éléphant dans la pièce et les experts par expérience



Charles Bonsack

«Quand mon texte a été publié, c'est comme si quelqu'un ouvrait la porte de la pièce dans laquelle j'étais enfermée.»

C'est ainsi que s'exprimait le 24 novembre 2023, à la réception du prix SO-PSY «ceci est mon récit», l'auteure de «L'enquête» parue en septembre dernier dans les Archives Suisses de Neurologie, Psychiatrie et Psychothérapie dans la rubrique First Person Account [1]. L'auteure y raconte l'éprouvante épreuve d'être mise sous enquête, comme si elle était suspecte en raison de son problème de santé mentale. Animée par une juste colère, elle reprend par l'écrite pouvoir sur sa vie et répare l'incompréhension dont elle a été victime.

Les Archives Suisses de Neurologie, Psychiatrie et Psychothérapie sont fières de proposer une rubrique et de publier des récits à la première personne. Au travers de ces témoignages, les professionnels peuvent entrevoir l'éléphant dans la pièce, à la fois énorme et invisible, de la stigmatisation. Mais notre engagement doit aller encore plus loin. Nous avons besoin d'experts par expérience dans tous les domaines de la santé mentale: la clinique, la gouvernance, l'enseignement et la recherche. L'implication des patients dans la recherche est notamment un point essentiel pour les journaux scientifiques comme le nôtre. En tant qu'éditeur, nous pouvons encourager les auteurs d'articles scientifiques à mettre en avant le degré d'implication des patients dans leurs travaux.

En effet, l'implication de chercheurs experts par expérience transforme les objets d'étude vers des préoccupations plus proches des personnes concernées. Par exemple, en étudiant la contrainte, on pense d'abord aux mesures de

contraintes physiques ou de privation de liberté à des fins d'assistance. Une chercheuse experte par expérience nous rendra aussi attentifs à des formes moins visibles de contrainte, parfois plus sournoises et plus totalitaires: «Je n'ai pas le droit de penser ce que je pense» [2]. On découvre alors que cette chose terrible se passe souvent à notre insu vis-à-vis des personnes souffrant de psychose. Une partie de leur vécu est disqualifié, et l'expression libre de leurs convictions, jugées comme délirantes, aboutit à des mesures perçues comme punitives, comme une augmentation de la médication ou une privation de liberté. Ce type de constat nous invite à approfondir la connaissance de l'expérience individuelle par des méthodes qualitatives, et à générer d'autres questionnements originaux. La pertinence de certains résultats, comme la disparition complète des symptômes psychotiques peut même être remise en question.

Les Archives Suisses de Neurologie, Psychiatrie et Psychothérapie peuvent contribuer à faire entendre la voix des patients et à lutter contre la perte de leur pouvoir social. La stigmatisation peut susciter un intense découragement, mais aussi paradoxalement une juste colère, qui donne l'énergie nécessaire à la réappropriation du pouvoir. Notre rôle est aussi d'amplifier la voix des personnes animées de cette juste colère: sans elles, l'éléphant dans la pièce, le vécu des personnes concernées par la santé mentale, restera trop souvent invisible à nos yeux.

Références

- 1 Anonyme. L'enquête. Swiss Arch Neurol Psychiatr Psychother. 2023;174(02):39.
- 2 Mizué Bachelard. Sacrée psychose! Ce que je ne dis pas. Swiss Arch Neurol Psychiatr Psychother. 2023;174(02):39.