

LA SCHIZOPHRÉNIE

Travail de recherche préalable

à la rédaction du roman

« LES PENSÉES SINUSOÏDALES D'UN COBAYE DE LA PSYCHOSE
CHRONIQUE »

AUDREY ALLEN



1. RECHERCHE

En premier lieu, je devais évidemment faire différentes manœuvres afin de me renseigner sur la maladie de la schizophrénie avant même d'entamer l'écriture de mon roman. Au milieu du mois de juillet, j'ai donc décidé de me rendre à la bibliothèque municipale de Deux-Montagnes. J'y ai emprunté deux documentaires, dont l'un était écrit par une personne elle-même schizophrène. Ces ouvrages sont, sans contredit, les éléments de ma recherche qui m'en ont appris le plus. D'ailleurs, c'est à ce moment que j'ai dû prendre énormément de notes et organiser celles-ci par catégories même si elles n'allaient pas toutes me servir. Le tout premier ouvrage que j'ai lu, écrit par des psychiatres, m'a semblé complet à première vue. Après la lecture du livre relatant le parcours d'une personne schizophrène et ses apprentissages au cours de la maladie, je me jugeais suffisamment informée pour pouvoir écrire sur le sujet. Cela m'a découragé un peu, car je ne voulais pas me limiter dans la variété de sources utilisées pour la réalisation de mon projet. C'est pourquoi je suis retournée à la bibliothèque au début du mois d'août pour faire l'acquisition d'un autre documentaire, celui-ci pouvant plus me renseigner sur le rôle des membres de la famille du proche schizophrène et les impacts de la maladie dans leur façon de vivre et d'agir.

Ensuite, j'ai fait rapidement la compilation des données que j'avais recueillies, puis j'en ai conclu qu'il me manquait encore quelques spécifications très importantes comme les différents types de schizophrénie ou les centres de soins dans les environs de Montréal pouvant traiter les gens qui en sont atteints. C'est donc sur internet que j'ai pu trouver ces informations utiles. À cette étape, je croyais avoir fini complètement ma partie recherche. Une fois la rentrée scolaire arrivée, j'ai été immédiatement référée à monsieur Guy Thomas, le psychologue de l'école. Celui-ci m'a alors proposé de m'aider dans la véracité de mes découvertes sur la schizophrénie et dans la correction d'éléments irréalistes à ce sujet qui pourraient éventuellement se glisser dans mon roman. J'ai d'ailleurs eu droit à une rencontre avec lui où nous avons pu discuter de la maladie et de mes idées d'écriture. Monsieur Thomas m'a également fourni un document très intéressant sur les sentiments, les pensées et les manifestations symptomatiques des gens

schizophrènes selon les phases de la maladie. Ce dernier contient des exemples très concrets et m'a permis de me figurer mon personnage principal. Il m'a donné le dernier coup de pouce nécessaire à la création de la ligne directrice de mon histoire.

Parmi toutes les informations que j'ai trouvées, j'ai effectué un tri afin de déterminer ce qui allait réellement m'être utile et ce qui ne me servirait pas dans mon roman. Éventuellement, celles-ci servent à faire connaître aux gens ce qu'est la schizophrénie afin de démystifier les croyances populaires. De plus, en lisant bien ce qui suivra, on ne peut que comprendre mieux ce que peut vivre la personne qui souffre de schizophrénie et ce qu'elle peut ressentir face à sa maladie.

Tout d'abord, selon le site de la société québécoise de la schizophrénie, il existe six formes de la maladie de la schizophrénie. La plus commune d'entre elles se nomme «schizophrénie paranoïde» et se caractérise chez la personne atteinte par des idées délirantes ainsi que des hallucinations auditives ou visuelles traitant de persécution ou de grandeur. Puisqu'il s'agit de la plus commune des formes, c'est de celle-ci que souffrira mon personnage principal, question de présenter les vérités de la maladie que monsieur et madame tout-le-monde pensent connaître. S'imaginer que l'on fait partie d'une escouade contre la drogue et que l'on est poursuivi par la mafia et tous les grands escrocs de ce monde peut très bien illustrer, à titre d'exemple, la catégorie de délires portant sur la persécution. Martin Bélanger, un homme schizophrène de 34 ans, explique d'ailleurs très bien dans son livre les différentes psychoses que peuvent traverser les gens souffrant de schizophrénie. La psychose paranoïde, celle où les idées de persécution ont leur place, procure énormément de peur et de paranoïa à la personne qui la vit. La psychose grandiose, quant à elle, donne beaucoup de plaisir et d'impulsivité sans culpabilité à la personne qui la vit. Cette dernière peut se sentir alors surpuissante et agir en conséquence. Il est possible, d'ailleurs, que les deux types de psychose surviennent l'un avant et l'autre après une prise temporaire de médicaments antipsychotiques.

Comme il l'est mentionné dans l'ouvrage «les troubles schizophréniques», il n'existe actuellement aucun examen permettant le dépistage de la schizophrénie. Les

psychiatres doivent simplement effectuer l'association de plusieurs des symptômes de leurs patients afin de déterminer si ceux-ci souffrent ou non de cette maladie mentale. Ce processus prend beaucoup de temps et il oblige le psychiatre responsable à tester diverses médications sur le patient jusqu'à ce qu'il lui trouve la recette miracle. Comme je le pensais, la schizophrénie est une maladie très complexe, trop complexe pour être aussi cruellement jugée d'ailleurs. Les symptômes varient d'une personne à l'autre par leur grande étendue. On y retrouve généralement des hallucinations (auditives, visuelles, tactiles), des délires (idées de persécution, mégalomanie), un comportement bizarre, une pauvreté affective, une froideur, le retrait social, l'isolement, une difficulté à réaliser les activités du quotidien, une diminution globale des performances scolaires, la discordance des émotions et des comportements, la dépression, de multiples angoisses, une distorsion de la perception de la réalité sans compter de nombreux autres troubles cognitifs.

Selon le profil clinique de la schizophrénie adressé à l'intention des enseignants dans les écoles, la schizophrénie apparaît chez les garçons entre l'adolescence et le début de la vingtaine et apparaît chez les filles que dès le début de la vingtaine ou de la trentaine. L'apparition peut se faire insidieusement ou très rapidement, mais elle repose essentiellement sur trois phases distinctes : la phase prodromique, la phase flamboyante puis la phase résiduelle. Au cours de la phase prodromique, le malade se retire de plus en plus socialement et devient quelque peu incohérent, triste, anxieux, démotivé ou même hanté par de nouvelles préoccupations parfois étranges. La perte de contact avec la réalité, c'est-à-dire les hallucinations et les états de délire, survient lors de la phase flamboyante. Suite à une hospitalisation, le patient vit finalement sa phase résiduelle. Il doit donc reprendre le cours normal de sa vie, mais est pénalisé par divers troubles du fonctionnement, soit les séquelles des psychoses qu'il a vécues. De plus, il risque de demeurer toujours sensible et vulnérable face au monde qui l'entoure, d'où l'importance de respecter les gens atteints de schizophrénie et de ne pas les sous-estimer sans avoir conscience de l'ampleur de leur problème et de leurs capacités en tant qu'être humains. . Il ne faut pas tous les mettre dans un même bateau non plus.

Ce qu'il y a de malheureux avec la schizophrénie, c'est qu'on n'en guérit pas. Elle ne peut qu'être soignée. Évidemment, cela peut prendre du temps avant que le patient

puisse se sentir réellement mieux. Tout est une question du parcours de l'individu et de sa conduite face aux traitements. Les drogues psychodysléptiques comme le cannabis, annulent les effets des médicaments en aggravant du même fait les symptômes négatifs de la schizophrénie et ils peuvent même servir d'inducteur de la maladie. Pour que le patient s'en sorte bien, il est important qu'il prenne toujours ses médicaments, qu'il soit suivi par un psychiatre ou d'autres spécialistes régulièrement, qu'il ne touche pas aux drogues, qu'il soit supporté par sa famille et qu'il ait confiance en son médecin. Un schizophrène sous traitements, voyant des améliorations drastiques dans son état, a toujours tendance à croire qu'il est guérit. Il refuse alors de continuer de prendre ses médicaments, pensant en avoir fini avec la maladie, mais il finit un jour ou l'autre par retomber dans les hallucinations et les symptômes qu'il a si bien connus auparavant. Il est donc essentiel qu'il prenne sa médication tout au long de sa vie. Selon plusieurs psychiatres, 25 % des schizophrènes réussissent à s'intégrer en société suite aux traitements. Cela indique que ces gens méritent également leur place sur le marché du travail et qu'il faut les aider dans ce processus puisqu'ils en ont le potentiel.

Avant le diagnostic de la maladie, les parents du malade associent facilement le comportement de leur enfant à une simple crise d'adolescence. Ils prennent la situation à la légère, puis c'est un choc assez brutal pour eux lorsqu'ils apprennent de quoi souffre exactement leur fils ou leur fille. Ils ressentent alors de la honte, de la peur et même de la culpabilité face au trouble mental de leur enfant, mais ils doivent se faire rappeler par les médecins qu'ils ne sont pas responsables de la maladie. Ils éprouvent aussi une grande incompréhension et de l'impatience vis à vis le diagnostic du psychiatre au début. Cela peut leur prendre du temps avant d'accepter l'entrée de la maladie dans leur vie, mais ils doivent être forts pour leur proche qui en souffre. Vraisemblablement, la famille joue un rôle essentiel dans l'évolution du malade par rapport à son trouble mental. Elle sert d'abord de soutien moral et affectif à leur proche atteint de schizophrénie. Elle peut aussi observer les signes avant-coureurs d'une psychose que pourrait leur témoigner leur proche et ainsi hospitaliser ce dernier s'il refuse de le faire lui-même. À vrai dire, l'hospitalisation non-forcée de la personne schizophrène en état de crise est pratiquement invraisemblable. Au cours d'une psychose, le schizophrène refuse toute aide, car soit il a peur qu'il s'agisse du complot, soit il se sent si puissant et euphorique dans son délire

qu'il ne voit pas l'intérêt de revenir sur terre. Il est à noter que la famille peut rencontrer un psychiatre en étant accompagnée de leur proche malade. Lorsque la personne atteinte de schizophrénie suit ses traitements et tente de retrouver une vie normale, il doit également pouvoir compter sur sa famille pour que celle-ci l'incite à s'extérioriser et goûter aux plaisirs de la vie.