

S'élever contre l'usage des médicaments psychotropes

— Anonyme

Récemment, j'ai participé au deuxième atelier du projet Sunrise Center¹.

Je suis un médecin qui a travaillé pendant de nombreuses années dans un environnement urbain avec de jeunes personnes issues de foyers à faibles ressources. Quand j'ai débuté ma carrière étant jeune adulte, j'ai décidé que je ne prescrirais aucun médicament psychotrope à mes patients. Une trentaine de médecins ayant travaillé avec moi au cours de ces vingt-cinq dernières années ont suivi mon exemple, en prenant la même décision. Nous avons fait cela sans tapage, sans nous faire repérer. Dans le milieu médical actuel, ceci n'est pas considéré comme une méthode de soin "conventionnelle".

Pendant l'atelier, j'ai travaillé sur le fait d'être un agent de l'oppression qui tente de réformer le système au lieu de le révolutionner. L'oppression de la "santé mentale" contribue à ce que je me conforme au système.

J'ai été formé à ne pas montrer mes sentiments. Dans les rares occasions où je l'ai fait, les représailles de la part de l'administration ont été immédiates. On m'a menacé en me disant que je n'étais peut-être pas capable de remplir mes obligations de la façon professionnelle qu'implique ma position. Dans mon travail, je me suis toujours battu pour que les gens me considèrent comme un être humain et non comme une machine.

Je travaille dans des conditions déplorables — voyant seize à vingt-quatre patients chaque jour, écoutant leurs dures histoires sans pouvoir décharger, avec très peu de temps pour déjeuner, aller aux toilettes et me rafraîchir. On attend de moi que je fournisse les meilleurs soins médicaux possibles dans le moins de temps possible, de la façon la plus économique possible pour le système, et en restant dans la limite des méthodes "conventionnelles" pour éviter d'être poursuivi en justice par un patient ou d'être révoqué par les autorités compétentes. Je suis constamment submergé, épuisé et effrayé.

À cet atelier, j'ai décidé de faire de la libération de la "santé mentale" une question-clé au sein de ma Communauté de Co-écoute, dans laquelle il y a beaucoup d'autres Co-écoutant-e-s travaillant comme médiateurs (enseignants, travailleurs sociaux, personnels soignants). J'adopte une attitude plus visible contre l'oppression de la "santé mentale" et contre l'usage des médicaments psychotropes, et je décharge la terreur qui en résulte.

Paru dans *Present Time* N°180 (Juillet 2015)

Traduit par Régis Courtin

¹ Le Sunrise Center est destiné à être un centre résidentiel de convalescence sans médication basé sur la théorie et la pratique de la Réévaluation par la Co-écoute. Il aidera des gens à se libérer des médicaments psychotropes et à enseigner aux autres à en faire de même. Grâce à l'utilisation intensive de la Co-écoute, les résidents recevront une aide vis-à-vis des symptômes de sevrage et des sentiments qui surviendront à mesure que les médicaments sont évacués de leur corps. Dans ce processus, ils seront des partenaires actifs, en collaboration avec le personnel du centre. L'objectif sera pour les résidents de supprimer les médicaments en toute sécurité, de pouvoir rentrer chez eux en étant en charge de leurs émotions et capables d'utiliser les outils de la Co-écoute, et d'avoir une structure de soutien à leur disposition.