

FINIR EN PSYCHIATRIE

Didier Morisot

raconter la vie

Il y a longtemps, un de mes profs a eu une parole prophétique ; Morisot, vous finirez mal si vous continuez comme ça. Il avait raison, j'ai fini en psychiatrie. Bon, d'accord, quelque part je suis du bon côté de la barrière, si tant est qu'il y en a un meilleur que l'autre. En attendant, ça me change des urgences, ce pays de cow-boys où l'on enfonce, avec zèle, un tas de tuyaux dans le corps des gens.

Il y a donc un temps pour tout ; la conquête de l'Ouest est finie, et la bête passe de l'agitation à l'introspection. Un métier aux contours incertains, qui n'a plus grand-chose à voir avec le précédent ; le modèle n'est plus l'agité du bocal qui saute sur le beefsteak, mais la force tranquille qui tempore afin d'éviter l'horreur absolue : la précipitation.

Même que pour certains collègues qui cavalent en médecine ou en chirurgie, il faut être un gros fainéant pour bosser en psychiatrie. En tout cas, on y trouve un truc qui n'existe plus ailleurs : du temps ! Royal. Très souvent, on peut même soulager sa vessie en direct. Si, si, je vous promets. Infirmier en soins généraux, c'est comme être caissière en supermarché ; il faut s'organiser à l'avance (sortir l'agenda, calculer le nombre de perfusions à poser, d'injections, de pansements, etc.) avant d'envisager une délivrance vésicale. Mais en psychiatrie, non. Si vous avez envie de changer l'eau du bocal, vous y allez. Le luxe, le vrai, même que vous faites moins de paperasses qu'en soins généraux ; du temps pour causer, pour écouter ; mais pas n'importe comment, bien sûr. Doucement, les gars ; on ne parle pas à un schizophrène qui monte dans les tours comme à un dépressif au fond de sa tranchée. Car nous fréquentons des personnes qui appréhendent le monde de façon très particulière.

Premier truc à savoir, donc ; la différence entre la névrose et la psychose. Selon la formule consacrée (on ne sait pas par qui, mais en tout cas elle est consacrée), le névrosé est celui pour lequel $2 + 2$ font 4. Et son problème, c'est qu'il en est profondément désolé. Pour le psychotique c'est autre chose ; il a l'intime conviction que $2 + 2$ font 5. Voire plus. Allez donc retirer une intime conviction. Impossible, c'est pire qu'une verrue ce machin-là ! Bref,

quand vous avez compris la différence entre les 2 approches, vous maîtrisez déjà la moitié du boulot.

Faire des entretiens avec un public aussi varié ressemble vraiment à un jeu de miroirs déformants. On se cherche, on se cache, on joue à colin-maillard, on s'apprivoise, on prêche le faux pour savoir le vrai, on agite un chiffon devant soi pour faire diversion ; être espagnol est un plus dans ce métier car c'est un peu une corrida, quelque part. Olé. Un foutu jeu de rôles, en fait. Mais attention ; on ne discute pas dans le vide, même si vu de l'extérieur on donne l'impression de ne pas en secouer une. On s'embarque avec une feuille de route bien précise, la check-list est très claire. D'abord, adopter une attitude bienveillante, dire bonjour à la dame, retirer les doigts de son nez, se présenter en fixant le but de l'entretien, faire asseoir l'interlocuteur en lui laissant une porte de sortie, physique et psychique (sinon, il interlocute mal) : qu'il puisse se sauver librement, sans obstacle. Ne pas le pousser dans ses retranchements. En tout cas pas tout de suite, et seulement dans certains cas précis. On évite aussi le face à face, cette position frontale sans nuances où les gens finissent par s'embrasser ou s'entretuer à l'arme blanche.

Si on veut détendre les plus timides, il vaut mieux également faire l'impasse sur le bureau, ce symbole d'autorité. Ne vous retranchez pas derrière ; réservez-le pour les impulsifs, les arrogants, ceux qui jouent au chat et à la souris en se frottant la moustache. Mais vous en verrez peu, en fait, les psychopathes goûtant peu ce genre de discussion. Finalement, oubliez les bureaux. Mais, j'insiste, pas les portes de sortie !

Un enseignant qui prenait son pied à étudier la psychologie groupale (chacun son truc) s'était amusé à organiser sa classe de différentes manières ; en rond, en biais, face aux fenêtres, perpendiculaire au tableau – le pire scénario ? Celui où les élèves se retrouvent dos à la porte, avec l'instituteur derrière eux ; une vraie nasse. Aucune échappatoire, ambiance plombée. L'enseignant a finalement choisi, bien sûr, une organisation ouverte où le prédateur potentiel (lui-même) est visible en permanence et où le gibier aperçoit l'issue de secours.

Pour revenir aux entretiens en psychiatrie, on peut aussi très bien innover et gambader à l'extérieur. Il m'est souvent arrivé de causer en marchant dans

un jardin public, rejoignant ainsi la grande tradition des philosophes grecs, les péripatéticiens adeptes de la promenade comme support de la réflexion. Ou de partager un café autour d'une table de bistrot, afin de renouer avec la bonne vieille philosophie de comptoir. Une fois que vous avez trouvé le lieu adéquat et la position appropriée, vous faciliterez d'autant mieux le dialogue en posant des questions ouvertes.

Ben oui, si vous dites : « Vous allez bien, n'est-ce pas ? », vous êtes au bord de la démocratie musclée. Par contre, avec « Comment ça va ? », le référendum reste ouvert. Bref, des questions ouvertes afin de faire émerger les émotions, le récit des faits en lui-même étant secondaire. On s'en fout de l'histoire, rien à battre du comment, à quelle heure, dans quelle position – ça, c'est bon pour le gars qui raconte son voyage à Compostelle, par exemple.

Il y a aussi un truc qui vous rendra service : la synchronisation. Désolé, c'est le terme technique. Ça veut dire parler d'un même ton, adopter la même attitude corporelle, s'adapter au vocabulaire de l'autre, à son langage ; aborder la fille larmoyante, désespérée, par le biais des émotions : « Avez-vous déjà ressenti une émotion pareille, auparavant ? » Contrairement à l'humanoïde méfiant, pratique pratique, que vous irez apprivoiser sur le terrain du football ou au bricolage : « Et sinon, vous faites quoi après le boulot ? »

Dans cette introduction au dialogue, les yeux représentent un enjeu central. Là, attention, vous êtes chez l'autre, il faut vous essayer les pieds avant d'entrer ; on fixe son regard dans la mesure où il vous fixe également. Sans insister, car on en revient toujours au besoin de pouvoir s'échapper ; nous avons gardé intact notre cerveau reptilien, bien caché sous nos neurones d'homo sapiens, celui qui servait aux bêtes fauves que nous étions à fuir ou bien à mordre les parties intimes de l'Homo Erectus qui vous menaçait. 2 options, donc, qui justifient amplement de laisser les portes ouvertes ou du moins accessibles.

Le cas d'un jeune homme piégé par son putain de cerveau primitif. Appelons-le Alexandre : sortant de boîte de nuit, tombé dans la flotte avec un de ses copains. L'eau glacée d'un canal est un endroit dans lequel on ne traîne pas ; au bord de la noyade, il n'a échappé à sa foutue bagnole qu'après avoir grimpé sur son pote qui se débattait avec sa maudite ceinture de sécurité. Certains réflexes vous plombent à vie. Mais en fait, tu n'y es pour rien, mon pauvre Alex ; c'est la faute à cette vieille fripouille, cette bête

qui se réveille au hasard des circonstances. Car le monstre du Loch Ness n'est pas en Ecosse ; il est au fond de nous, bien au chaud... C'est ce que disait d'ailleurs un jeune psychotique, un de nos fidèles clients. Appelons-le Thierry, un gars pour lequel $2 + 2$ faisait au moins 6... Dans sa folie, il était persuadé d'avoir un serpent dans la tête, une grosse vipère lovée dans sa boîte crânienne. Angoisse.

Certains délires relèvent de l'intuition, finalement ; insupportable, cette espèce de ver solitaire carnivore, ce parasite méningé qui nous téléguide à notre insu. C'est pourquoi on le projette volontiers à l'extérieur, dans les ténèbres, là où il y a des pleurs et des grincements de dents ; c'est indéniable ; les dragons, les serpents de mer et autre Kraken nous rendent bien service en reflétant loin de nous nos démons intérieurs.

Ces animaux dociles sans écailles ni venin (de la pâte à modeler, un pur bonheur...), le boulot d'infirmier psy vous fait donc aller à la pêche, afin d'identifier les failles, les ressources, les troubles du comportement des gens en face de vous – mine de rien, bien sûr, nous ne sommes pas de la police. Nous le sommes d'autant moins que nous devons nous remettre en question de façon permanente, même à voix haute, en formulant nos doutes, nos hypothèses ; manière d'encourager l'autre à se remettre aussi en cause... Tant de manières différentes d'aborder son prochain. Tant de peaux de bananes à éviter ; les phases du deuil, par exemple, ce grand classique de la communication foireuse : le refus, la colère, le déni, tout ça tout ça... Ces étages émotifs où tout le monde n'est pas au même niveau ; tant qu'ils resteront sur leur palier respectif, monsieur Colère et madame Déprime auront du mal à sortir du dialogue de sourds... Déjà, en temps normal, des gens payés pour ça ont calculé que l'on captait seulement 30 % des messages qui nous étaient destinés. Alors en cas de deuil, je ne vous raconte pas comment on stagne sous les 10 %.

Parler est une chose, se comprendre en est une autre. En tout cas, au final on doit rendre des comptes au « patient » (quelle expression bizarre) formuler ce que nous avons pigé de son discours. Lui qui s'enlaidit méthodiquement au quotidien, nous devons lui restituer à moitié plein ce qu'il voit constamment à moitié vide. Ne vous moquez pas, la nuance est de taille ; elle est de celles qui vous font prendre l'aube pour le crépuscule. Rien de plus logique avec notre inconscient qui ne capte pas la négation.

Car cet abruti, outre le fait de cacher des mini monstres du Loch Ness, prend tout au premier degré ; le nombre de messages contre-productifs que l'on balance sans s'en rendre compte... Dites par exemple à quelqu'un d'affolé de ne pas avoir peur car le danger est écarté... Plouf, raté : il ne retiendra que les mots-clefs, la peur et le danger. Par contre, si vous lui dites qu'il peut se détendre car il est en sécurité, je vous promets que ça change tout.

Tous les bons artisans le savent ; ils ne disent pas « Je serai absent pour la semaine », mais plutôt « Je suis chez vous lundi matin ». Car les bougres causent au présent, comme si c'était en train de se faire ; c'est pas de la diplomatie, ça ?

Afin de redonner un sens à ce qui ne ressemble plus à rien, nous jouons donc au funambule entre les « techniques » d'entretien et notre foutue spontanéité, ce tapis dans lequel nous nous prenons les pieds régulièrement mais qui nous évite d'être des robots soignants.

Et un matin, on se regarde dans la glace pour tailler la barbe de 3 jours qui remonte inexorablement à l'assaut et on prend soudain conscience de la dynamite que l'on manipule au quotidien ; my God, ce pouvoir que l'on a entre les mains. Car on peut bien sûr faire des ravages avec quelques mots. Les dictateurs et les gourous en savent quelque chose, ces gros malades qui prennent un bol de toute-puissance à chaque petit déjeuner ; la première arme de destruction massive n'est pas chimique, mon ami, elle est verbale. Avec ce que je sais sur eux, je pourrais détruire bon nombre de mes clients ; un peu de poison, une ou deux phrases assassines, un anathème savamment dosé... Quand vous comprenez ça, le vertige n'est pas loin. d'où le besoin urgent de lâcher prise ; le cœur du problème, en fait. Lâcher prise avec ce que l'on ressent, en laissant de côté son « expérience » (quel mot débile). Le fil du rasoir, en fait ; vous vous crispez, vous tombez. Et plus le temps passe, plus les émotions nourrissent le discours. Mais sans devenir une éponge pour autant ; si l'on est touché, il faut refuser d'être atteint. Nous ne sommes pas responsables du malheur du monde ; se noyer à 2 ne rend service à personne.

C'est donc un jeu de ping-pong ; vous parlez, je vous redis la même chose à ma façon, vous me renvoyez la balle, je vous la relance en faisant gaffe à ne pas vous assommer avec et quand c'est l'heure d'arrêter parce que c'est l'heure, voilà tout, et qu'en plus j'ai envie de bailler et de me gratter le

nombril, je pose la raquette et je résume le match ; non, ce n'est pas ta présence qui fait souffrir tes enfants, Viviane, c'est ton absence...

Voilà, maintenant vous repartez avec et vous en faites ce que vous voulez. Cela dit, faut pas rêver ; la formulation est souvent laborieuse et on se retient de sortir les forceps. Les mots ne montent pas comme ça à la surface. La partie finit volontiers dans le brouillard et le verre à moitié vide tourne en rond ; trop dur de se remettre en question. Alors, on annonce le score en préservant la fierté de chacun... allez, on ferme ; on refera le siège du château fort une autre fois. Mais à force, cette guerre de 100 ans finit par nous lasser ; marre de cautionner des discours mortifères en mode disque rayé. Certains jours, on a vraiment l'impression d'écouter des gens qui font semblant de faire une démarche, mais ne veulent surtout rien changer à leur fonctionnement.

Les moyens que certains utilisent pour aller mieux nous interpellent aussi, quelquefois ; des gens au fond du trou, des psychotiques qui se prennent pour l'incarnation du Dieu Vishnu sur terre, ont un sursaut de lucidité lorsqu'ils se ramassent une cochonnerie. Un cancer, par exemple. Car là, le danger est identifié ! L'ennemi qui vient égorger nos fils et nos compagnes a un nom ; aux armes, citoyens, on a repéré l'envahisseur... Rien de plus pénible, en effet, que de combattre en aveugle une souffrance diffuse. Là, on se bat enfin contre quelque chose de « visible », on peut monter au créneau contre une saleté bien identifiée ; le contraire de la maladie mentale, cette saloperie qui, elle, n'attire pas trop la compassion, soit dit en passant. Contrairement aux leucémies, aux infarctus, aux scléroses en plaques – ça c'est de la pathologie, coco ! Toujours bon à prendre, finalement, ces bénéfiques secondaires attachés aux « vraies » maladies, ces dividendes foireux que le malheur distribue en se foutant de nous.

Un peu tiré par les cheveux, ce que je raconte ? Limpide comme une fosse septique au bord de la crise de nerfs ? Peut-être pour vous, mais pour moi, c'est d'une clarté radieuse. D'ailleurs, j'écris avec des lunettes de sécurité, tellement ça me saute aux yeux. En fait, on vit dans l'illusion, la diversion ; on soigne ses angoisses avec des mirages. On botte en touche, on déplace le machin et on finit par se vautrer. Car la solution devient le problème, à force. Et on fait ça tout le temps, partout : une peur, une inquiétude ? On se détend, les gars ; on va lancer un leurre, et notre cervelle de gros naze va

gober le truc. On développe comme ça une petite névrose, histoire de camoufler ses angoisses de mort, et on se laisse envahir par la peur des souris, la phobie des araignées ou une aversion pour les plumes d'oiseaux –étonnant, cette façon de conjurer nos désespoirs en les fixant ailleurs. L'éternel principe du bouc émissaire utilisé comme mécanisme de défense, un tour de passe-passe inconscient : mais non, voyons, tu n'as pas eu peur d'être étouffé, dévoré, quand tu étais petit, tu as juste du mal à supporter les araignées, ces affreuses bestioles qui t'engluent dans leurs toiles et empêchent de vivre les pauvres moucheron. Sales bêtes.

Quant au fait de se retrouver toujours en échec, par exemple, avant même de démarrer quelque chose ; trop pratique – enfin une façon géniale de se punir comme on le mérite. Vilain garçon. Et puis, si on ne construit rien, on ne rate rien, non plus ; ni déception, ni souffrance. Avec la capote Nestor, t'es pas né, t'es pas mort, comme dirait l'autre. Mais pas de vie, non plus ; on ne peut pas tout avoir...

Tout ça pour dire que l'on croise des gens qui n'arrêtent pas de se vautrer, alors qu'on a déjà du mal soi-même à garder la verticale ; et les soirs où il pleut et qu'à la place du polar du vendredi, il y a un débat de société sur la parité des sexes au Parlement, on se prend un méchant coup de blues. On maudit le responsable des programmes télé et on occupe son temps libre à se dire qu'on se la pète grave avec notre prétention à vouloir aider notre prochain. On est bien démuni également lorsque le prochain en question décide de se foutre en l'air après nous avoir assuré que ça allait beaucoup mieux – toujours se méfier lorsqu'on vous chante tout va très bien madame la marquise.

L'un d'eux, qui chantait plus fort que la moyenne, m'a d'ailleurs valu une convocation au commissariat, avec un flic en panne de tueurs en série. Réaction de ma hiérarchie : « Allez-y tout seul, Morisot, c'est bien mieux. Si nous sommes trop nombreux, ça va leur mettre la puce à l'oreille... » Ça va, j'ai compris ; la prochaine fois que je voudrai être soutenu, je m'achèterai un slip moulant. Le commissariat, donc : la lampe pas tout à fait dans les yeux, mais presque : « Alors comme ça, M. X stockait les médicaments en vue de se suicider et vous l'avez laissé faire ? » Solitude du professionnel de santé en rase campagne. C'est combien le tarif, quand on fracasse un cendrier sur le crâne d'un flic ?

Ceci dit, il faut la comprendre, cette hiérarchie, elle ne peut pas non plus soutenir tout le monde en permanence, accaparée qu'elle est par d'autres priorités... Faire tourner la machine à brasser de l'air, par exemple. Une machine énorme ; on dirait pas, mais ça en prend du temps d'astiquer le mammoth en organisant les réunions qui serviront à planifier les futures réunions ; afin, entre autres, de recenser les « traces » d'activité pour justifier l'existence de la boutique. Je connaissais les traces de confiture sur le pyjama, mais pas encore les traces d'activité... Un matin, vous réalisez que vous passez votre temps à taper des comptes rendus d'entretiens (qui n'intéressent pas grand monde) et des cotations d'actes (dont personne n'a rien à foutre) pour nourrir le Dieu-Statistiques. Tout en pactisant avec la batonnite, afin d'atteindre son quota et d'éviter ainsi les foudres de sa hiérarchie. La batonnite, c'est une expression employée dans la police ; on met les bons bâtons dans les bonnes cases pour caresser le ministre dans le sens du poil. Exemple : un dealer chopé avec 5 doses de cannabis, c'est 5 affaires résolues. Par contre, 6 voitures cramées ne font qu'un seul cas de dégradation de véhicules sur la voie publique.

Bien sûr, à l'hôpital il faut remplacer les voitures par des gens et le haschich par des médicaments. Sinon, c'est la même chose.