

Entre l'angoisse et l'autonomie se trouve le rétablissement véritable



Charles Bonsack

«Die Angst [des Menschen entsteht] aus der vorweggenommenen Vorstellung vom Ende seiner Existenz. Zwischen Angst und Selbstheit lebt der wirkliche Mensch.» (Kronfeld 1931, in Paul Hoff 2023, cited by T. von Salis 2024)

«L'angoisse [de l'homme naît de] l'idée anticipée de la fin de son existence. Entre l'angoisse et l'autonomie se trouve l'homme véritable.» (Kronfeld 1931, in Paul Hoff 2023, cited by T. von Salis 2024)

«Denn egal, ob es gute oder schlechte Entscheidungen sind, es sollten die eigenen Entscheidungen sein, die einen im Leben weiterbringen.» (Anonym, 2024)

«Car peu importe si ce sont de bonnes ou de mauvaises décisions, ce sont nos propres décisions qui devraient nous faire avancer dans la vie.» (Anonyme, 2024)

Peut-on prendre ses propres décisions sans risque de s'anéantir? Quel est l'impact d'être restreint dans ses décisions? Quel est notre liberté lorsqu'on souffre d'un problème de santé mentale ou d'une dépendance à une substance?

Il pleuvait à verse. Je devais donner une conférence sur le rétablissement en santé mentale pour la formation continue de psychiatres et psychothérapeutes. «Ne prends pas la moto», me dit ma femme. Une voiture s'arrête brusquement devant moi pour laisser passer des piétons. Je pile sur les freins. La moto glisse sur un tapis de feuilles et va s'encaster sous la voiture. Rien de cassé, mais j'ai un énorme bleu à la cuisse et je boîte lourdement en marchant vers le pupitre de conférence. Mon introduction est toute trouvée: «Le rétablissement, c'est la liberté d'apprendre de ses erreurs.»

En effet, se rétablir n'est pas éliminer l'angoisse, ce serait éliminer la vie elle-même. Il faut d'abord acquérir la liberté d'accéder à des droits fondamentaux et à des opportunités dans la société: retrouver des connexions sociales, de l'espoir, une identité au-delà de la maladie, un sens à la vie et à la reprise du pouvoir sur sa propre vie. Selon Arthur Kronfeld (von Salis 2024, p. 68), la vie ne peut être pleinement vécue qu'à l'aune de la liberté du risque de l'anéantissement. Lorsque cette liberté est perdue, la vie devient privée de sens. Cette conviction le poussera jusqu'au suicide en compagnie de sa femme dans un monde totalitaire, écrasé par les mouvements de masse de la deuxième guerre mondiale.

Les articles de ce numéro illustrent tous cette tension entre le désir d'échapper à l'anéantissement et celui d'être autonome et autosuffisant. Quelle est la place de la vie quand les libertés sont restreintes pour échapper à la destruction par le COVID-19 (Rexhaj 2024 p. 70)? Sommes-nous restreints par nos préjugés de genre pour poser un diagnostic psychiatrique (Romanens-Pythoud 2024 p. 81)? Que reste-t-il de l'autodétermination et de la vie elle-même dans les traitements contraints (Jaeger 2024 p. 76)? La liberté de consommer du chocolat se compare-t-elle à celle d'user de cannabis ou encore d'héroïne (Smith 2024 p. 95)?

Le récit dramatique à la première personne d'une survivante marquée par la violence conjugale tranche ce dilemme en concluant par ces mots: «Car peu importe si ce sont de bonnes ou de mauvaises décisions, ce sont nos propres décisions qui devraient nous faire avancer dans la vie» (Anonyme 2024, p. 69). Et vous?