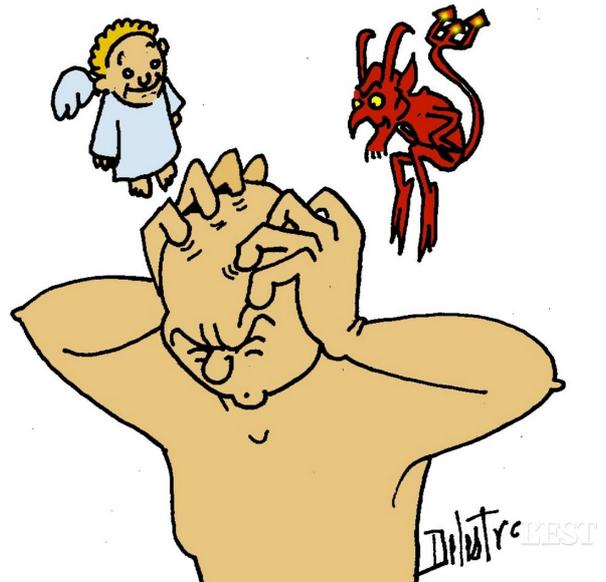


« J'entends des voix... » Et alors ?

Article de l'EST républicain du 13 mars 2017 **Besançon - Santé**

Entre 8 et 14 % C'est la proportion estimée d'entendeurs de voix au sein de la population générale

Il s'agit d'un chiffre bien supérieur à celui du nombre de cas de « troubles schizophréniques », estimé par la psychiatrie à 1 % de la population. Cette observation remet en question l'opinion traditionnelle selon laquelle entendre des voix serait un signe de maladie mentale.



Les entendeurs de voix ont tous un parcours différent. Par contre, ils ont souvent un point commun, des violences d'ordre sexuel ou traumatique dans leur enfance. Dessin Philippe DELESTRE

Ils entendent des voix. Certains ont la chance que ce soit des voix bienveillantes. Mais d'autres subissent des assauts vocaux d'une agressivité hors du commun. Une fois par mois, ils se retrouvent pour en parler. Ceux qui ont appris à vivre avec aident ceux qui n'y arrivent pas. Entraide au menu. Le groupe des « Entendeurs de voix » milite aussi pour une nouvelle reconnaissance de leur statut. Audry Henriet, la facilitatrice du groupe et elle-même entendeuse de voix, est formelle : « La psychiatrie considère ce phénomène comme un symptôme de maladie qu'il faut éradiquer. Dans mon cas, un psychiatre parlerait de délire mystique avec hallucinations auditives... Nous avons un autre point de vue : nous considérons qu'entendre des voix n'est pas, en soi, un signe de maladie mentale mais constitue au contraire une expérience significative. »

« Il faut apprendre à vivre avec »

Chaque « entendeur de voix » a son propre parcours. Audry Henriet, qui fut infirmière en psychiatrie avant de devenir sophrologue, a commencé à entendre des voix suite à son investissement dans les disciplines de méditation et de relaxation. « J'ai vécu une expérience de mort imminente puis ce qu'on appelle une montée de Kundalini. J'ai commencé à entendre des voix. J'ai mis des années à en parler. J'ai longtemps cherché à comprendre.

Fort heureusement, j'ai trouvé du soutien, à l'étranger, l'Institut suisse des sciences noétiques à Genève notamment et, bien sûr, le réseau français des entendeurs de voix. »

Les « entendeurs » ont tous leur propre parcours. Mais souvent, ils ont un point commun, des violences d'ordre sexuel ou traumatique dans leur enfance. « Avec, à la clé, des émotions qu'on ne sait pas comment gérer. Les voix apparaissent alors. »

Pour Audry Henriet, plutôt que de les éradiquer, il faut faire avec. « Comme les gauchers, comme les homosexuels, il faut apprendre à vivre avec ses spécificités et développer les bons outils. » Un exemple ? «

Quand une voix nous interpelle dans la rue, comment lui répondre sans se faire remarquer ? Il suffit de sortir son téléphone portable et faire semblant de passer un appel. »

« Le fait d'entendre des voix est ma réalité. Et aujourd'hui, grâce au chemin que j'ai parcouru, je suis fière. » Fière et militante : la facilitatrice demande une prise de conscience des psychiatres français, une reconnaissance de ce qu'ils sont, non pas des schizophrènes mais des victimes de stress post-traumatiques qui doivent faire avec. Martial*, 37 ans, a été diagnostiqué schizophrène bipolaire à l'âge de 20 ans. Il a vécu chaque hospitalisation à Novillars comme un drame. Il a commencé à entendre des voix après les premiers médicaments délivrés par les psychiatres. « J'ai trimbalé des années l'étiquette de malade mental. Avec le groupe des entendeurs de voix, je retrouve l'espoir. Mes voix aujourd'hui, je les considère comme la soupape de mon inconscient. »

*Le prénom a été modifié.

Eric DAVIATTE **Dieu me parle, me rassure, m'encourage**



Delphin, 41 ans

« Je me rappelle, ma mère m'avait dit un jour que ce que je traversais me permettrait un jour d'aider les gens. Aujourd'hui, j'en suis persuadé et c'est pour cela que je suis dans le groupe des entendeurs de voix, pour apporter ma boîte à outils, la prière, l'amour, le bonheur, la paix, la joie, la victoire aussi. »

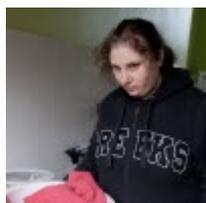
Je suis heureux d'entendre des voix



Jean-Claude, 52 ans

« Ça va très bien, merci. Je suis heureux d'entendre des voix. Mais cela pose beaucoup de problème. Parfois, les gens ne veulent pas m'adresser la parole, parfois, on me met à l'écart parce que je suis différent. Parfois, on m'ignore. Le problème, ce n'est pas ce que je vis, c'est ce que les autres en pensent. »

Les voix me disent de tuer, de casser



Jennifer, 28 ans

« Cela fait 20 ans que j'entends de voix, elles veulent de la violence. C'est très dur de vivre cela au quotidien. Je ne veux pas les écouter, elles sont folles. Mais je ne sais pas comment prendre de la distance, reprendre le pouvoir sur elles. Avec le groupe des entendeurs de voix, je sais qu'on va m'aider. »

Questions à Emmanuel HAFFEN, professeur en psychiatrie au CHRU de Besançon



Ne pas être forcément dans la guérison symptomatique Photo DR

Aviez-vous entendu parler des entendeurs de voix ?

« Il y a quelques années, un premier groupe s'était créé dans la région de Lausanne. J'avais entendu parler également de groupes au Québec. »

Êtes-vous pour ces groupes ?

« Ces groupes sont une bonne chose et ce, pour plusieurs raisons. Ils militent et permettent d'aller vers une moindre stigmatisation des malades, d'appréhender le phénomène d'une façon différente et pertinente. Les schizophrènes sont des personnes enfermées dans un diagnostic et vivent une très forte stigmatisation. Le point de vue des entendeurs de voix permet aussi de décentrer la façon dont on est amené à conduire les soins qui visent une atténuation voire une disparition des symptômes. Or, certains patients ont une insertion sociale qui leur paraît satisfaisante avec ces symptômes. Je milite assez pour cette vision, ne pas être forcément dans la guérison symptomatique mais dans un traitement qui permet de fonctionner de manière adaptée pour soi, et pour la société. »

Les entendeurs de voix militent aussi pour un déplacement du curseur du diagnostic de schizophrénie vers victimes de stress post-traumatique? partagez-vous ce point de vue ?

« C'est peut-être le seul point de divergence, quoique... Au Québec, au Japon, on travaille à la disparition du terme schizophrénie afin que les patients se sentent moins stigmatisés. Tout peut se discuter. C'est en France et en Italie que les malades le sont le plus. Une chose est sûre : les termes de diagnostic existent dans le cadre d'un référentiel commun pour qu'il y ait un langage unique de la psychiatrie. Ce ne sont que des termes. »

« Un travail sur le devenir de la psychiatrie »

François Rousseaux : « La parole du psychiatre, du sachant, n'est pas le mètre étalon. »

Photo Ludovic LAUDE



François Rousseaux est président de l'association régionale de la psychiatrie citoyenne. « La parole du psychiatre, du sachant, n'est pas le mètre étalon. Il faut redonner la parole au peuple et que tous ensemble on travaille sur le devenir de la psychiatrie. C'est grâce à cette méthode que l'on pourra avancer. La psychiatrie ne se résume pas à la connaissance presque parfaite du Vidal. »

Du coup, c'est avec plaisir que François Rousseaux soutient la création d'un groupe d'entendeurs de voix sur Besançon composé de ceux qui ont des outils et les transmettent à ceux qui n'en ont pas encore. « Il y a une vraie cohérence dans cette démarche. Au nom de quoi devrait-on faire taire ses voix ? Les éradiquer ? J'aime l'idée que ceux qui vivent bien cette situation puissent aider ceux qui ont des difficultés. »

Une telle démarche peut bien sûr heurter le public. Marie-Noëlle Besançon, psychiatre et directrice des Invités au festin qui accueille le groupe de parole, en a conscience. « La société française et la psychiatrie française résistent. Pourtant, il y a vraiment des alternatives. Il faut arrêter de psychiatriser et mettre en place de nouvelles pratiques. Pour cela, il suffit de changer de paradigme. »

Pas étonnant dès lors que Marie-Noëlle Besançon ait été séduite par la création d'un groupe d'entendeurs de voix sur Besançon. « La première fois que j'ai entendu parler d'eux, ce fut grâce à Marius Romme du centre collaboratif de l'organisation mondiale de la santé puis à un forum de l'association régionale de la psychiatrie citoyenne. Par la suite, Vincent Demassiet est venu faire une conférence. C'était en fin d'année dernière. Les choses sont ensuite allées très vite. »

Un Réseau français

Le Réseau français sur l'entente de voix (REV France) est présidé par Vincent Demassiet. L'homme est entendeur de voix et il a appris à vivre avec. Mieux, il a appris à prendre de la distance avec elles et reprendre le pouvoir sur elles.

« Vivre bien avec ses voix, c'est possible ! » Nombre de personnes qui entendent des voix se portent bien et n'ont jamais eu affaire avec la psychiatrie du fait de cette expérience. Les groupes d'entendeurs de voix sont là pour faire passer le message et aider ceux qui n'arrivent pas à surmonter cette expérience. Elle montre qu'il est possible de modifier sa relation aux voix. Le fait de pouvoir en parler avec d'autres « entendeurs » et d'échanger des stratégies constitue une réelle aide.

Le groupe d'entendeurs de voix de Besançon existe depuis trois mois et se réunit chaque premier jeudi du mois. Audry Henriët aimerait aussi ouvrir un groupe dans le Haut-Doubs.

Plus de renseignements sur le **Réseau français** : www.revfrance.org ; Audry Henriët est joignable au 07 83 15 85 45.