

La vie quotidienne¹

Et si nous prenons d'une façon très banale comme point d'appuie le silence. Est-ce que ça vous est déjà arrivé d'écouter le silence? Je ne serais pas étonné si ici dans la salle il y a des personnes qui se demandent avec quoi je viens. « Ecouter le silence ? » Qu'est-ce que cela a à voir avec la psychiatrie ? La vie quotidienne ? La psychose ? Au moment que j'avais écrit cette première phrase en tout cas, je me suis posé cette question. A quoi bon de parler du silence, ce silence qui est tellement banal et quotidien ? Le silence c'est justement le fait que nous n'entendons rien, à quoi bien d'écouter alors ? Pourtant je vous y invite, mais je me rends compte que pour faire parler ce silence, il faudrait quelque chose que nous pouvons appeler une attitude poétique. Décrire ce que nous entendons en écoutant le silence demande un langage poétique bien mûrît.

Ecouter le silence et y repérer quelque chose demande une certaine attention et une façon d'y être. Dans notre atelier musique, où nous faisons régulièrement des improvisations avec toute de sorte d'instruments et la voix, un travail important de préparation est d'entraîner l'écoute. S'écouter permet de ne pas commencer à jouer tous en même temps, et de réagir sur ce que soi-même et les autres jouent. Pendant les improvisations, la musique commence à vraiment exister quand le silence peut s'installer. Faire du vide, du silence en soi. Une phrase musicale prends son appuie sur les moments de silence. Mais le silence n'est pas le trou, ni le vide. Pour transformer le vide en silence il faut de la présence. Silencio. Du silence peut être très beau, agréable à écouter. Mais il existe aussi quelque chose comme le silence des agneaux. C'est affreux. Ce suspens est insupportable.

Le silence peut nous faire entendre de la musique, des choses poétiques, ou rien du tout. Le silence peut même être angoissant, terrible, horrible à supporter. Même chose avec la vie quotidienne. Il n'y a que de la vie quotidienne si on veut s'y prêter, un peu. Pas trop non plus, entendre de la musique tout le temps et partout ne me semble pas très paisible. Il faut pouvoir faire le vide aussi. Mais comment alors transformer ce silence en musique et en poésie, ce « il n'y a rien » en « s'y prêter un

¹ Soirée 14 avril 2008 à Saint-Louis: la vie quotidienne avec Oury

peu », ce vide horrible en absence paisible ? Comment faire ? L'attitude de la psychothérapie institutionnelle est justement de ne pas proposer une technique, ni une méthode. Il n'y a pas de réponses toutes faites. Il est peut-être déjà bien de se poser des questions. Et des questions il y en a beaucoup au sujet de la vie quotidienne.

Les voix de Vincent :

- « Mais qu'est-ce qu'elles me veulent à la fin ? »
- « De qui parle-tu ? »
- « Les voix...Qu'est-ce qu'elles me veulent ? »
- « Que te disent-elles ? »
- « Rien justement ! Cela fait quinze jours qu'elles ne me disent plus rien ! »
- « Je ne comprends pas bien ; tu devrais être soulagé. »
- « Ce n'est pas normal qu'elles ne soient plus là. Elles complotent contre moi. Qu'est-ce qu'elles me veulent ? »

J'ai choisi pour ce soir quelques éléments qui peuvent aider à répondre à la question suivante : « Comment va la vie quotidienne dans votre institution ? » La notion de distance qui fait référence à l'espace et puis le rythme qui fait référence au temps. L'espace et le temps ne sont pas seulement des éléments de structure externe, mais d'abord psychologiquement interne. Pour se repérer dans l'espace et le temps il faut que la fondation soit bien construite. Pour cela je termine avec l'importance de mettre en route des structures comme un club thérapeutique pour garantir symboliquement le vécu de l'espace et du temps psychique.

L'espace psychique :

L'existence psychotique nous confronte à la possibilité dans le quotidien de vivre des moments étranges. Une personne qui dans son discours dans un glissement sans avertissement mêle des éléments délirants. Un autre qui ne réagit pas à un bonjour. Une autre qui ne croise pas le regard. La communauté est basée sur beaucoup de règles implicites, une certaine connivence qui rends la vie avec les autres supportable. Il y a tout un monde dans lequel nous nous reconnaissons comme semblable, mais en même temps existe ce sentiment de dissemblance. Pour que

cette communauté soit vivable, il faut un certain faire-comme-si, de faire semblant, d'être-là sans y être tout à fait. Sans entrer ici dans le statut de la rupture du monde du psychotique (nous en avons parlé pendant la soirée sur le corps), ce ressenti dans le quotidien nous mets en route par rapport à la notion de la bonne distance. Il y a un travail permanent à mettre en route pour essayer de trouver de la bonne distance. Pas trop proche, pas trop loin, jamais définis une fois pour toute. Cela demande aux travailleurs de participer, d'être avec, de se mettre dedans, sans se confondre, sans se perdre. Erwin Straus parlait de la notion du paysage de la personne : « le paysage, c'est une sorte d'évènement vécu, dans le quel on est soi-même avec l'autre, les autres. Chaque fois qu'on se déplace dans cet espace intersubjectif, « l'horizonné » se modifie. »

Une institution qui veut soigner les personnes psychotiques devrait prendre le pari de participer à la vie quotidienne. Ce travail est un travail à plusieurs. Ce travail de recherche de bonne distance, ce travail d'équilibre ne peut être l'affaire d'une personne à une autre. On n'est jamais que deux dans une institution. C'est seulement comme cela que nous pouvons garantir un certain espace supportable, condition préalable pour tout autre travail.

Un soir j'arrive pour faire la nuit. Les soirs, il y a souvent quelques personnes à la télé, plusieurs déjà dans leurs chambres. Pour parler de mon paysage à moi, je dois dire que j'avais envie de regarder le match de foot avec eux. J'arrive et ma collègue me parle de Sylvia, comment la journée était dur avec elle, des conflits, des heures de discussion, d'écoute, des agressions verbales, des menaces de se couper, etc.... En sortant du bureau elle nous attend, elle m'attend, ma collègue part en demandant à Sylvia de faire un effort, que ça ira etc.. elle part. Je suis seul avec Sylvia : « Freek, est-ce que je peux te parler ? » « Bien sûr » Je m'installe avec elle au fumoir, un local ouvert. « Ca ne va pas, je veux me suicider ». Il n'y a pas de réponse type à donner, pas de belles phrases à répéter d'un livre. Nous y étions à deux, le foot en haut dans la salle télé, la soirée et nuit devant nous, et elle qui en avait ras-le-bol de la vie, prête à se trouver un objet pour se couper dans les bras. De temps en temps je posais une question, elle sortait une phrase comme : « J'aurais dû rester avec ma copine au moment qu'elle s'est suicidé, je n'aurais plus été là. » Elle laissait des longs silences et me regardait droit dans les yeux. Comme si elle me possédait, avec une menace au bout, je ne pouvais pas partir et la laisser. Comme si quelque chose

en elle nous obligeait à renoncer à tout ce qui se passait ou existait autour de nous. Ne parlons pas du match de foot. Les silences venaient de plus en plus longues. Ses yeux se fermaient régulièrement un petit peu, les miennes aussi. Il était déjà tard. Un moment donné je lui disais : « Imaginez que nous nous endormons ici tout les deux et que demain les autres nous trouvent comme ça, endormi sur les chaises. » Elle commençait à rire. La menace était partie.

L'existence de cette vie institutionnelle autour de nous, nous a aidés à transformer ce moment de trou sans fond en possibilité de passage dans la nuit.

Je trouve qu'il est difficile de parler de la vie quotidienne, si nous ne participons pas à ce qui se passe dans les couloirs, les fumoirs, les chambres et tous ces lieux qui ne sont pas les bureaux. C'est une décision d'organisation du travail, de mettre tout en œuvre pour que chaque travailleur deviens soignant du quotidien en circulant dans les lieux communs. L'effet se fait sentir directement au niveau de l'ambiance si le personnel est plus dans les bureaux, qu'avec les patients.

Récemment à La Traversière, en préparation d'un séminaire, Marie-Noël, une collègue a demandé à chaque résident ce qu'il mettait dans le mot ambiance. J'avais envie de vous partager quelques extraits : « Une bonne ambiance c'est de la tranquillité, prendre soins des autres. L'ambiance, c'est le degré de l'air, la température générale. C'est l'atmosphère qu'il y a dans l'environnement. Ce sont les enjeux : ce qu'on met en place, pourquoi on est là ? Pourquoi les autres sont là, le lieu. C'est la manière dont les gens se considèrent. Cela fait parti du collectif, les mentalités, les esprits. L'ambiance c'est l'atmosphère qui règne dans un endroit.» C'est le psychanalyste hongrois, Imre Hermann, qui décrit comment dans le développement de l'identité, l'orientation en tenant compte de la température - une des sensations corporels de base - est d'une grande importance.

C'est en étant présent, aussi dans ces moments quotidiens comme prendre le repas, faire la vaisselle, faire le nettoyage, trainer dans l'entre-porte que je me rends disponible. Comme cela je deviens comme du liant, témoin, participant, circulant. Ma circulation est parfois errance, ce qui est plutôt rare, plus souvent libre, mais en lien avec l'ensemble. Je suis inscrit dans un ensemble plus grand. On circule par exemple comme éducateur, mais aussi comme responsable d'un atelier informatique, et appelé quand il y un problème d'ordinateur. Moi-même je me sers

des objets quotidiens comme les tasses, les couteaux, les casseroles, les essuies, les chaises, le sucre... Ma présence n'est pas artificielle. Bien sur que je suis à mon travail, mais j'y suis comme être vivant, dans le sens que j'y suis. Ce rapport que j'ai aux objets me semble important pour la démystification de l'objet. Pour la personne psychotique, il est important de pouvoir faire confiance dans la façon quotidienne qu'on se sert des objets. Un couteau est utilisé dans son contexte habituel pour couper la viande, à laver et essuyer et remettre dans le tiroir. Ni plus ni moins.

Est-ce qu'il est possible d'approcher l'espace de tel façon que nous tenons compte de la façon qu'elle est investit chaque jour par chaque personne ? Respecter l'autre à ce que le proche et le lointain puisse trouver du relief. Etre ensemble, être avec, à ce que l'espace puisse devenir vivable, que l'autre puisse s'y trouver, puisse s'y poser, puisse y exister. Une présence d'une certaine qualité. Les normopathes, que nous sommes, ont souvent très difficile avec cela. Nous avons tendance à remplir, à trouver du travail, à s'occuper, à objectiver. Le vide peut faire peur et doit être rempli ou évité.

Marc Ledoux disait que dans la vie quotidienne l'homme trouve une force porteuse afin de pouvoir traverser le fragile et le possible. Malheureusement trop souvent, le soin de l'homme qui souffre est transformé en une cadence de traitements avec entre les vides ennuyant et dangereux. L'accueil simple, indicible et basale de la vie quotidienne est alors oublié ou effacé. Cette vie quotidienne est un monde d'une certaine anonimité primordiale, sans trop de différenciation entre le même et l'autre. C'est ici qu'il est possible pour commencer à vivre, pour commencer à la base à habiter son monde. Est-il possible que nous oublions que se rencontrer et participer à la vie quotidienne est la vie elle-même ? Est-ce que peut-être nous devons constater que malgré nous même un setting thérapeutique a tendance à exclure la vie elle-même, ou à la considérer comme pas à propos?

Le temps psychique

La monotonie a tendance à s'installer quand tout commence à se ressembler. Quand tout devient homogène, le temps s'arrête, plus rien ne s'inscrit, prendre des initiatives semble lourd, il y a de la stagnation, ça fait penser à une ambiance incestueuse. Quand nous entendons dire: c'est toujours la même chose, le vide s'installe, il n'y a plus de musique. Entendons nous, monotonie n'est pas la même chose que

régularité. La question que je veux amener ici est la suivante : est-ce que, et à quel point, une structure accepte la différence, la singularité, des moments de conflictualisations ? Quand la monotonie règne, des symptômes apparaissent chez les malades, soi-disant venant de leur pathologie. C'est ce qui est appelé la pathoplastie, souvent méconnu par les psychiatres. Est-ce que nous pouvons avancer que ce "hilflosigkeit", ce sentiment d'être perdu d'une façon radicale, est essentiel dans ce qui peut apparemment dérailler dans la vie quotidienne ? Peut-être la notion de la vie quotidienne veut faire apparaître la façon que nous nous laissons prendre, que nous sommes pris par le temps qui passe. La façon que le temps est rythme pour nous. Il peut apparaître que cette cadence de temps ne prend pas de rythme, que ce rythme n'a pas de prise dans le corps. Que ce corps qui ne participe pas au rythme se trouve dans un trou, un silence sans fonds. Il y a des gens qui ont besoin de temps pour arriver, se rassembler, et puis s'ouvrir un peu. Chacun a son rythme personnel. Et les personnes psychotiques ont besoin de beaucoup de temps pour arriver quelque part. La vie quotidienne peut être cette recherche pour être en contact avec tous ces aspects variables de l'existence, et variables chez tout un chacun. Comment un rythme collectif peut trouver son lien avec le rythme individuel, singulier ? Combien de personnes prennent leur petit déjeuner en ayant faim, envie pour commencer la journée ?

Dans la monotonie et l'indifférenciation, l'ambiance perd sa capacité d'agrippement. Quand un être humain est touché, comme dans la psychose, dans son essence même de sa personnalité et que cette personne est horriblement sensible à l'ambiance... Quand cette personne cherche, sans pouvoir le dire d'une façon consciente, des accroches, des lieux, des personnes, des objets pour s'agripper, s'inscrire à minima quelque part dans cette existence... Et quand l'établissement où cette personne se trouve ne lui offre peu de lieux, de possibilités d'agrippement, ou qu'elle n'en tient pas compte, cet établissement inscrit dans son bon fonctionnement la catastrophe de la vie quotidienne. Et il ne s'agit pas d'être gentil, parce qu'il y a partout des gens gentils. Je parle de l'organisation de l'ensemble. Je parle de la possibilité de la différenciation et la capacité de faire lien.

Est-ce que cela n'a pas une influence directe sur la vie quotidienne ? Sur le style, la couleur locale, le pathique ? Est-ce que l'institution peut accepter qu'il y a des zones où rien est organisé, où il y a du vide ? Pas le vide comme dans le néant, mais du

vide comme « en attente », du « paisible », pas encore mis en forme, mais déjà en pré ? Est-ce que nous nous permettons dans nos institutions d'écouter le silence sans le remplir, ni de l'abandonner ?

Le temps et l'espace vécu ont besoin d'une garantie symbolique

Je ne peux que reposer la question du travail institutionnel. Comment vous rendre sensible à la question suivante : le travail avec des personnes psychotiques demande un travail institutionnel, à plusieurs, mais et surtout un travail sur l'institution. Soigner la psychose est aussi soigner l'institution. Un travail sur la vie quotidienne n'est pas concevable, il me semble, sans la création des instances, d'institutionnaliser les structures hiérarchiques, la création de lieux et des liens entre eux. La notion du club thérapeutique me semble essentielle.

Récemment il y a un patient qui viens me voir et il me dit : « Je n'ai pas été à la dernière réunion du secrétariat du club par ce que j'en ai ras-le-bol. A cette réunion je suis président, et nous pouvons parler librement et décider. Mais si ce respect ne se fait pas à d'autres moments dans l'institution et que vous me faites savoir que je ne suis qu'un simple résident et que je dois fermer ma bouche, je ne participe plus. » Dire à quelqu'un, « Ce que tu me dis ça compte et j'en tiens compte », mais en même temps travailler dans une structure où cette responsabilité n'est pas portée par l'ensemble, pose des problèmes. C'est pour cela que je suis convaincu qu'un des combats pour soigner la vie quotidienne, est le combat des structures de l'institution. Un des outils importants, mais pas le seul, est le club thérapeutique. Le club thérapeutique dans sa structure ouvre d'une façon symbolique sur la responsabilité des patients et des travailleurs. En bref : un club thérapeutique est un organe qui rassemble les travailleurs et les patients d'une façon équitable pour se responsabiliser de la vie quotidienne. Soutenu en France par La croix Marine, une sorte de ligue d'hygiène mentale, le Club thérapeutique est un organe autonome dans l'établissement qui implique un lien structurel avec l'établissement et l'extérieur. Un individu, un groupe, peut se faire entendre et se responsabiliser en articulation avec l'ensemble de l'établissement. C'est la mise en route concrète du droit social de l'homme civil. Considérer la personne malade comme responsable a un effet direct sur l'ensemble de la prise en charge et la vie quotidienne.

La vie quotidienne est surtout l'affaire de ceux qui sont là, à ce moment, à cet endroit. Pour que chacun puisse exister, et ne pas seulement vivre, les structures doivent ouvrir sur des possibilités. Un jour, au Duo-club (c'est le nom d'un genre de « presque club thérapeutique » qui s'est constitué pour s'occuper des ateliers et activités de La Traversière et la Fabrique du Pré, centre du jour, aussi à Nivelles), ils décident d'organiser une fête. Voilà, de l'initiative. Comme souvent, un comité fête se mets en route pour organiser la fête. Un peu plus tard à une réunion d'équipe (sans résidents) la question de l'alcool est posée. « Vu que nous sommes un lieu de soin, est-ce que nous pouvons nous permettre de servir de l'alcool ? » Au lieu de prendre une décision par les travailleurs présents à cette réunion, nous avons, comme c'est l'habitude dans notre institution, soumis cette question au comité fête. Ce comité fête est un exemple d'une instance symbolique. Le comité, travailleurs et patients, trouvait la question pertinente et a réfléchi sur la question. Nous avons longuement parlé des gens qui pourrait avoir difficile avec l'alcool. Il en est sorti que nous allions d'une façon collective être attentifs à l'alcool, que nous allions en acheter moins que d'habitude et le rendre un peu plus cher. Et les personnes du comité fête se sont engagés à être attentif pendant la fête à la consommation de l'alcool. Au lieu de trancher, nous avons pris la décision de nous mettre au travail. C'est vrai que pour faire exister un club thérapeutique, il faut que l'établissement cède de son pouvoir et soutient en même temps un travail symbolique de reconstruction spatiale et rythmique de l'intérieur.

Le quotidien peut pour des personnes psychotique être vécu comme trou, vide, angoisse, monotonie, terreur et dans ce sens renforcement du « hilflosigkeit », ce sentiment d'être perdu d'une façon radicale. Transformer ce quotidien en vie quotidienne, en tenant compte de ses dimensions de l'espace et le temps, soutenu par la différenciation symboliques des structures via des instances, me semble être un pari nécessaire pour soigner les personnes psychotiques. Ce n'est que possible, il me semble, que si nous nous mettons dans quelque chose qui ressemble à une attitude poétique ou musicale, mais surtout une attitude psychothérapeutiquement institutionnelle.

Freek Dhooghe