

Compte rendu d'expérience

Phase 1

Mardi 20 mars 2018, ma classe et moi avons été chaleureusement accueillis par deux bénévoles à l'esplanade à Porrentruy afin de participer à une expérience sur la schizophrénie puis de converser à propos de ce sujet. Les deux bénévoles que nous avons rencontrés étaient, une maman d'une personne atteinte de schizophrénie et un médecin.

Nous avons donc eu la chance d'écouter des récits de personnes connaissant très bien la maladie et qui pour l'une d'entre elles, est plongé directement au cœur de la vie d'une personne malade. Pour ma part, l'expérience de vie de ces gens a été beaucoup plus riche en apprentissage et en découverte de la maladie que l'expérience dans le caisson afin de s'immerger dans les choses que pouvaient ressentir les malades.

J'ai appris énormément de choses en écoutant et j'ai pu ainsi mettre mes fausses idées de côté, comme le fait que la schizophrénie est uniquement le fait qu'une personne est habitée par plusieurs personnalités qui prenaient le contrôle à tout moment. Je pensais aussi que c'était une maladie plutôt rare, cependant 70'000 personnes souffrent de cette maladie en Suisse, chiffre élevé d'après moi.

Connaître les maladies me semble quelque chose d'important afin d'agir de la meilleure des manières si nous nous trouvons un jour en face d'une personne malade. Mettre un nom sur un comportement me permet de mieux cerner et comprendre une personne qui n'aurait pas un comportement qui entre dans les conventions de notre société, et pour cela, il faut bien sûr en apprendre plus sur les différentes maladies et se débarrasser des idées reçues.

En complément aux réponses aux questions que nous avons reçu et au fort engouement de la part des bénévoles, un caisson de simulation a été installé afin de se mettre dans la peau d'une personne atteinte de schizophrénie. Le but étant de se rendre compte des symptômes psychotiques que peut ressentir un malade, nous sommes donc passé les uns après les autres pour vivre cette expérience originale.

L'expérience a tout d'abord commencé en montrant une ville en été ou tout était pour ainsi dire normal. Par la suite, les symptômes ont commencé. Ce qui m'a particulièrement marqué dans cette expérience, c'était la négativité des commentaires qu'entendait un malade dans son esprit comme par exemple : « tu es nul » ou « tu ne peux même pas t'acheter de cigarettes ».

On ne peut bien sûr pas s'imaginer comme il doit être insupportable d'être tirillé comme ça sans arrêt durant des journées, des années...

Autre facette qui m'a marqué, c'est le bruit de travaux qui m'agressaient et m'oppressaient. J'ai eu le sentiment que ces travaux étaient à 1cm de mon oreille et que c'était cela qui m'aurait servi de sonnerie de réveil... C'était pire que désagréable.

En ayant vécu cette expérience d'immersion et écouté le témoignage de deux bénévoles, ma vision de la schizophrénie a donc bien sûr été modifiée et a pu évoluer de façon bénéfique.

Je pense qu'il est important sensibiliser la population, car elle ignore encore beaucoup de choses, le travail des deux bénévoles n'a pas été vain le 20 mars 2018, puisque 20 personnes de la classe 3C sont maintenant au clair sur ce qu'est réellement la Schizophrénie.

Phase 2

Angoisse noir

Nuit blanche

Ça froisse à voir

Lui flanche

D'la peine à croire

Qu'ça change

Ma dimension est paranormale

Et le regard des gens, y'en à plus un de normal

Le temps est néant et mes perceptions sont illusions.

Je cavale, je cavale pour me perdre entre deux pôles et toucher le fond

Incohérent et personne ne comprends que mes mains ne sont plus miennes et que ma tête, elle, est psychogène.

Je fuis la pluie car derrière elle mon esprit s'effrite.

Irritable, je ne sais plus qui je suis.

La nuit me pèse et me lèse en sommeil.

Je veille, je regarde le ciel et ça me gêne.

Je les vois, ils m'observent.

Je me saigne.

Ça m'opresse,

Sont-ils vraiment dans ma tête ?

Éternel chaînes qui m'atèle à l'autel de l'intemporel.

Je su en attendant que le jour ce lève,

Je cauchmarde ou peut-être pas.
Je ne sais plus ce qui est réel et ce qui ne l'est pas.
L'aube est saine
Sans elle, ma lutte serait veine.
Je suis schizophrène.

Explicatif :

Afin d'illustrer la schizophrénie, je n'ai pas voulu faire quelque chose de trop étrange et j'ai voulu me concentrer sur un individu qui souffre de la schizophrénie. De sa souffrance de ce qui le concerne et non de la maladie en tant que telle. Je me suis aussi posé la question de ce que pouvait traversé un individu et j'ai donc décidé que la temporalité de ce « poème » se déroulerait sur une nuit, une personne qui parlerait de ce qu'il traverse durant la nuit.

A la fin, le fait de parler de l'aube est une métaphore, il attend que le jour revienne, que la lumière l'éclaire et que ses journées redeviennent ensoleillées et belles, il espère guérir.

Bien sûr la personne dans ce poème sort de mon imagination.