

# PRÉFACE

*On ne peut réellement convaincre, sans être convaincu soi-même ; car la conviction réelle est la suite de l'évidence.*

Jean le Rond d'Alembert

Se rétablir de la schizophrénie apparaissait comme une idée iconoclaste il y a peu d'années encore. Une lubie d'irresponsables qui ne connaissaient pas la gravité de la maladie et l'impact dévastateur de celle-ci sur les personnes qui en souffrent. Pourtant, le créateur lui-même du terme de schizophrénie, Eugen Bleuler, constatait déjà la diversité d'évolution de ces troubles et l'absence d'une évolution inéluctable vers une démence précoce. Pour que cette idée fasse vraiment son chemin, il a fallu d'abord entendre les témoignages directs de récits de rétablissement de la schizophrénie. À la première personne.

Cette capacité de dire, de revendiquer, des personnes qui souffrent de schizophrénie est une évolution récente. Elle témoigne de la prise de pouvoir sur leur existence de personnes auparavant gravement stigmatisées par leurs troubles et pour lesquelles le diagnostic de schizophrénie équivalait à être privées de leurs droits sociaux. Dans cette évolution, les compétences et la capacité d'autodétermination des professionnels de première ligne sont essentielles et c'est la raison d'être de ce livre.

En effet, la schizophrénie reste une maladie complexe, qui mérite qu'on la combatte avec autant de sérieux qu'on peut le faire pour d'autres maladies potentiellement graves telles que le cancer. Les barrières à l'accès au soin restent importantes, qu'elles tiennent à la désorganisation et la méfiance liées aux troubles ou au manque d'accessibilité des services. L'impact social et relationnel de la maladie est souvent plus difficile à gérer que la maladie elle-même. Dans cette complexité, les personnes souffrant de schizophrénie ont besoin d'un plan – le rétablissement – et d'un guide proche – le professionnel de première ligne. Ainsi, ils peuvent contribuer à véhiculer l'espoir, à faciliter l'accès aux soins, à guider les personnes vers les soins adéquats et à augmenter leur capacité d'autodétermination. Pour cela, patients et professionnels doivent sortir de l'autostigmatisation – cette capacité à endosser des défauts faussement attribués par un miroir social déformant.

Dans cette perspective, le savoir est essentiel. Non pas un savoir mystérieux réservé à une élite, mais un savoir qui nous ancre dans la réalité d'actions concrètes. Les auteurs de ce livre ont ce talent merveilleux de nous prendre par la main pour arriver à nous faire comprendre des notions complexes, fondées scientifiquement, de façon à ce qu'elles nous apparaissent plus simples et plus

aisément applicables que jamais auparavant. Ce faisant, ils augmentent notre capacité d'autodétermination, notre espoir, et par contamination, l'espoir et l'autodétermination des personnes souffrant de schizophrénie que nous accompagnerons dorénavant.

**Charles Bonsack**

Professeur, médecin-chef, section de psychiatrie sociale, service  
de psychiatrie communautaire du département de psychiatrie  
du CHUV, site de Cery, 1008 Prilly, Suisse