

Jugement



Souvent, je n'assume pas le regard de l'autre. Je me sens jugé, étiqueté ; je n'ai pas la faculté de rebondir directement à une remarque.

Colibri : « *Le jugement est très difficile. Les gens ne se rendent pas compte de ce que nous vivons. Nous sommes pris pour des parias, des paresseux, des flémards, des simulateurs et j'en passe des pires et des meilleures. Cela fait extrêmement mal. Beaucoup trop de personnes nous disent ce que nous devrions penser et faire pour avancer ; il y a beaucoup trop de donneurs de leçons. Ils ne se rendent pas compte de ce que nous vivons réellement et quotidiennement, c'est un combat sur tous les fronts.* »

Colibri : « *Les nouvelles rencontres sont souvent très stressantes, car je dois me présenter et faire part de mes réalités inaudibles pour les oreilles des personnes qui ne connaissent pas ces difficultés. Éprouvant d'entendre les "ignorants" qui veulent toujours avoir raison. Un jour, une inconnue bienveillante m'a dit que je pouvais faire peur tant mes propos sur la maladie et la société reflétaient la réalité.* »

Linda : « J'ai souvent très peur des préjugés et du jugement des autres. De personnes qui, le plus souvent, ne savent pas comment ils doivent traiter les gens qui vivent avec la maladie psychique. **Si je commence à me justifier, j'ai perdu.** »

AC : « J'ai peur de dévoiler mes faiblesses, peur de montrer mes émotions. J'ai l'impression que de toute manière **elles seront mal interprétées**, qu'on ne les comprendra pas, qu'on ne me comprendra pas. Je préfère être cette fille solide, persévérante, positive, qui donne son temps pour les autres, qui s'engage à fond dans son travail... jusqu'à ce que tout pète, et que je me sente épuisée psychologiquement et physiquement. S'ensuivent alors de longs mois de thérapie, de récupération, des mois durant lesquels j'ai dû tout réapprendre : me lever, me doucher, aller faire mes courses, conduire, ... tout me demande énormément d'énergie. J'ai l'impression de me retrouver en enfance, d'avoir tout perdu, de m'être perdue, car **je n'ai pas pu, pas su être vraie**, tirer la sonnette d'alarme, **avoir osé dire STOP.** »

