Antoine, 55 ans
4 décembre 2013, 16h30
Nord

J'ai eu à faire avec un psychiatre, ça c'est très mal passé, j'ai eu l'impression que si je n'avais pas une schizophrénie ou une maladie mentale grave, que j'étais juste un mec paumé, je ne l'intéressais pas.
La psychologue, dans l'idéal, il faudrait qu'elle soit toujours derrière moi pour me donner un coup de coude dans les côtes : « T'es dans la bonne voie ».

Après la première TS, j'avais une bouée de médicaments. À ce moment, j'ai rencontré quelqu'un dans le même état que moi, avec qui j'ai eu une aventure. On allait droit dans le mur, on n'avait pas d'avenir, elle était dans le même état que moi. Sorti de psychiatrie, j'ai continué à fréquenter cette femme. Mon épouse l'a su et pour ne pas affronter la vérité, j'ai trouvé cette solution. Ici, à la maison, avec des médicaments et de l'alcool. Mon épouse a appelé l'ambulance.

Je disais. « À quoi je sers ? Mes enfants ne m'écoutent pas, je n'ai plus ma mère. À quoi je sers ? ». Si je m'en vais, c'est une façon de leur dire « Maintenant je ne suis plus là, est-ce que tu as pensé à moi ? ». C'était utopique de penser ça. On en a parlé avec mon beau fils, son frère s'est suicidé, il m'a dit : « Tu n'imagines pas la douleur de l'entourage. ».
Dimanche dernier, on avait une petite réunion de famille, je dis ça car ma femme n'entend pas avec la télé, là-haut. Je me sentais étranger. J'étais parti pour refaire une tentative. Mon épouse ne l'a pas su. Ils ont cru que je faisais la gueule. Jai arrêté de prendre les cachets en pensant à mes enfants, au mal qu'ils pourraient avoir. Dans des moments difficiles, j'ai envisagé un tas de scénarios plus ou moins morbides. Les médicaments et l'alcool c'est la façon la plus douce.

J'ai eu à faire avec un psychiatre, ça c'est très mal passé, j'ai eu l'impression que si je n'avais pas une schizophrénie ou une maladie mentale grave, que j'étais juste un mec paumé, je ne l'intéressais pas.
Actuellement, je suis suivi par autre un psychiatre, déjà il a un look que j'aime assez. C'est l'opposé du psychiatre cravate-lunettes. Lui, il est en jean, voir jean troué, cheveux longs. Celui là, il me plaît bien.
J'ai des très bons rapports avec la psychologue depuis le début de la dépression. Au début, c'était difficile et chaotique. J'étais toujours en larmes en sortant de l'entretien. J'utilise encore des mouchoirs. J'avais besoin de dire des choses traumatisantes, poser mes valises et dire des choses que je n'ai même pas dites à ma femme. Comment dire ça à cette personne que je ne connais pas, qui est étrangère ? Tout de suite, j'ai vu qu'elle était là pour m'aider. Je ne me confierais à personne d'autre qu'elle. Dans l'idéal, il faudrait qu'elle soit toujours derrière moi pour me donner un coup de coude dans les côtes : « T'es dans la bonne voie ».