



« Chassez la souffrance, elle revient au galop... »

Franca Rossi, 58 ans, est présidente du Funambule, un groupe d'entraide pour les personnes avec un trouble bipolaire. Ancienne journaliste, elle a longtemps camouflé ses souffrances en travaillant «comme une malade.»

Julie Luong

Jusqu'à ses 44 ans, Franca Rossi n'avait jamais entendu parler de la bipolarité. «Depuis longtemps, je sentais que quelque chose ne tournait pas rond. Je me rendais compte que j'avais des phases d'euphorie, de dépression aussi. Que je donnais beaucoup, que j'étais hypersensible, que j'avais une hypermotivité... À propos de moi, mes proches disaient tout le temps que j'étais fragile. » Journaliste pour de grands quotidiens belges, Franca est alors une acharnée du travail. Toujours en train d'élaborer de nouveaux projets, de se lancer des défis, de viser l'excellence. « J'ai vraiment camouflé mon mal en travaillant énormément, raconte-t-elle. J'ai changé de travail je ne sais pas combien de fois... Pour moi, c'était thérapeutique de travailler. On reçoit des compliments, on est valorisé, ça donne un sens à notre vie mais c'est un peu un piège: chasser la souffrance, elle revient au galop... »

UN MARATHON DE 44 ANS

Compenser par le travail a fonctionné un temps. Jusqu'au moment où Franca s'est retrouvée épuisée, à court de ressources. «C'est comme si j'avais couru un marathon pendant quarante-quatre ans. Puis que j'étais tombée et que je n'arrivais pas à me relever. Il y avait de la fatigue, un sentiment de solitude affective, plus rien n'avait de sens...» Franca fait une tentative de suicide, la seule de sa vie. «Parfois, on juge les personnes qui se suicident ou font des tentatives, mais il faut bien se dire que, dans ces moments-là, on n'est plus en état de se dire «J'aime les autres». Et pourtant, tout de suite après la désintoxica-

tion médicamenteuse, j'ai dit que j'étais heureuse de vivre... C'est parfois juste un moment. » À l'hôpital, le diagnostic de trouble bipolaire est posé par les médecins. Franca reçoit alors un traitement médicamenteux adapté: beaucoup de personnes avec un trouble bipolaire se voient prescrire des antidépresseurs – car elles consultent uniquement quand elles sont en phase «basse», de dépression – alors que le traitement adéquat repose sur une autre classe de médicaments, les régulateurs d'humeur. Le diagnostic est un soulagement.

UN VIDE INTÉRIEUR

Dans le trouble bipolaire, les phases d'euphorie alternent avec les phases de dépression mais aussi, souligne Franca, avec des phases d'euthymie, c'est-à-dire d'équilibre. «Le rétablissement est possible. La dernière fois que j'ai été hospitalisée, c'était en 2017. Pour moi, c'est une victoire. Il faut s'en réjouir, même s'il faut aussi rester vigilant.» Pour ces personnes souvent submergées par leurs émotions,

des événements même heureux, comme un mariage ou un déménagement, peuvent être des facteurs de rechute. Franca a aussi des phases de logorrhée qui la transforment en vrai «moulin à paroles» quand elle ne se perd pas dans des ruminations interminables. «Une fois, j'ai été hospitalisée pendant 6 mois en psychiatrie, tous les jours, je répétais les mêmes choses... J'ai même eu un trip où j'ai commencé à faire les comptes des salaires que j'avais gagnés dans ma carrière. On m'avait confisqué les carnets et les Bics, mais je me suis arrangée pour avoir un Bic et j'ai fait les calculs sur du papier WC... Je pense que je me remplissais de chiffres car la base des troubles psychiques, c'est un vide intérieur. »

UNE FEMME HEUREUSE

Aujourd'hui, Franca a arrêté de travailler. «J'écris encore des articles pour la newsletter, le bulletin communal, mais j'ai la nostalgie de mon travail. Mais il y a la vie privée et c'est important la vie privée », souligne cette ancienne accro au boulot. « Aujourd'hui, j'ai rencontré quelqu'un et je suis une femme heureuse. L'important pour nous qui sommes en souffrance, c'est quelqu'un qui est là. Mon compagnon est très présent. Il ne me juge pas, il ne me stigmatise pas. » Pour Franca qui a longtemps été dans la «fuite en avant», l'acceptation et l'espoir sont devenus les maîtres-mots. « Les gens sont fiers de se dire «Moi je suis normal» car je ne vais pas chez le psy mais on a tous des problèmes... La plus grande humilité, c'est de se soigner. » ●

Association Le Funambule:
www.bipolarite.org

Qu'est-ce que le trouble bipolaire?

La bipolarité est un trouble de l'humeur qui touche environ 2 % - voire 5 à 6 % selon certaines études - de la population. Des facteurs biologiques et environnementaux sont à l'origine de cette maladie caractérisée par l'alternance d'épisodes maniaques et dépressifs. Le trouble apparaît généralement avant l'âge de 30 ans, bien que certains patients ne connaissent les premiers épisodes qu'après l'âge de 40 ans.