

## *Olivier Martin témoigne de son auto-thérapie par l'écrit*

*In : Santé mentale : guérison et rétablissement*, Catherine Déchamp-Le Roux & Florentina Rafael, Ed. John Libbey Eurotext, 2015, *et in : Aller mieux : approches sociologiques*, Lise Demailly & Nadia Garroussi, Ed Septentrion 2016), Olivier Martin rend compte de son expérience de la maladie psychique, ainsi que de l'auto-thérapie écrite qu'il a entreprise en s'inspirant de deux ouvrages qui lui en avaient donné l'idée<sup>1,2</sup>.

Après qu'il eut éprouvé en tant qu'adulte plusieurs manifestations psychotiques aiguës au cours d'une période de sept années, en 1955 la Faculté le déclara souffrir de schizophrénie paranoïde. Il refusa dès lors toute médication par des neuroleptiques, choisissant de se consacrer à ce qu'il appelle aujourd'hui sa 'scriptothérapie'.

En poursuivant cette pratique avec assiduité – ainsi qu'en témoignent les quelque deux cent-trente cahiers qu'il a rédigés jusqu'ici – Olivier Martin a vu s'espacer et s'atténuer ses symptômes. A force d'avoir décrit librement ses ressentis liés aux multiples situations qui réveillaient sa souffrance, et d'avoir systématiquement mis en question les réactions comportementales qu'elle entraînait (« *Je ne comprends pas pourquoi je commets l'erreur de...* »), il a éprouvé plusieurs reviviscences révélatrices de son origine. Il a acquis de ce fait une appréciation cohérente des forces en jeu dans son histoire personnelle et familiale.

Il cite enfin un article de revue traitant d'un défaut d'appréciation des apports sensoriels 'significatifs' par rapport au 'bruit de fond' constitué par tous les autres, défaut susceptible de conduire aux comportements délirants de la schizophrénie<sup>3</sup>. Le fait que la dopamine – neurotransmetteur actif dans le processus normal d'appréciation des apports sensoriels 'significatifs' – sous-tende généralement les comportements de 'recherche de récompense' l'intrigue. Au point qu'il en est à spéculer que la crise délirante pourrait être la manifestation d'un «effacement de souffrance» sous-tendu par la dopamine... au même titre que ce transmetteur sous-tend un «effacement d'évidence statistique» chez le joueur compulsif mû par la seule anticipation d'une récompense ?

1 : Miller, A., *L'enfant sous terreur*, Ed. Aubier (1986).

2 : Stettbacher, J.K., *Wenn Leiden einen Sinn haben soll*, Ed. Hoffmann und Campe (1990).

3 : Fletcher, P.C. and Frith, C.D., *Perceiving is believing : a Bayesian approach to explaining the positive symptoms of schizophrenia*, Nature Reviews, vol. 10, pp. 48-58 (2009).