

Grâce au groupe d'entraide, Sandro a pu reprendre le cours de sa vie : le chemin de guérison de Sandro



« C'était la première fois, après mon diagnostic, qu'on s'adressait à moi sur un pied d'égalité »

Contexte personnel

Sandro (39 ans) a reçu un diagnostic de schizophrénie à 20 ans. Menuisier de formation, il consommait régulièrement du cannabis dans sa jeunesse, ce qui a déclenché une psychose. Il a passé plusieurs années sous suivi psychiatrique, avec deux séjours hospitaliers, et a longtemps bénéficié d'un accompagnement de la Spitex spécialisée en psychiatrie.

Le rôle clé d'Info-Entraide BE

Au départ, Sandro avait des préjugés sur les groupes d'entraide, influencé par les clichés véhiculés dans les films : des personnes avec des problèmes d'addiction, assises en cercle, qui racontaient leur histoire. « Je pensais que cela ne me correspondait pas », confie-t-il. Mais il a fini par surmonter ses appréhensions et a contacté Info-Entraide BE. Après un entretien avec une conseillère d'Info-Entraide BE, il a surmonté ses préjugés et franchit le pas en rejoignant le groupe d'entraide Schizophrénie/Psychose.

Succès

Sandro a été très surpris par la bienveillance de tous les membres du groupe. Le contact avec d'autres personnes atteintes de psychose lui a permis de se comparer à elles. « De plus, le groupe m'a redonné accès au monde extérieur et m'a aidé à renouer avec la vie sociale. Je devais réapprendre de nombreuses choses : voyager en train sans stress, être à l'heure, marcher dans une ville animée ou encore me montrer confiant. L'échange au sein du groupe m'a permis, de manière générale, à m'ouvrir à de nouvelles perspectives et de repousser mes limites », explique-t-il.

Perspectives

Aujourd'hui, Sandro est stable et suit une formation de pair-praticien, un professionnel qui accompagne les personnes concernées et facilite les échanges avec le personnel soignant. Il a de bonnes chances de trouver un poste dans une institution psychiatrique et de retrouver ainsi son autonomie financière.

Conclusion

Le groupe d'entraide est une pièce clé dans le parcours de rétablissement de Sandro. Les échanges avec des personnes vivant des expériences similaires, lui ont permis de gagner en confiance, de se sentir capable d'agir et utile pour les autres. Se renforcer mutuellement, partager son expérience, devenir acteur ou actrice de son propre cheminement et mobiliser ses ressources, c'est précisément l'essence des groupes d'entraide.



Selbsthilfe BE
Info-Entraide BE