

THONON-LES-BAINS

« L'être humain dépérit s'il est privé de relations à l'autre »

Isolement, privation de liberté, perte de repères : la crise de la Covid a des effets sur la psychologie des gens. Le D^r Didier Charassin, chef du pôle psychiatrie à Thonon, revient sur les conséquences « graves et profondes » de la crise sanitaire sur la santé mentale de la population.

Quelle est la situation de la santé mentale de la population ?

« C'est la même que sur le reste du territoire, avec une particularité quand même : le manque de psychiatres et psychologues, surtout dans le secteur privé, dans le Chablais. Concernant les conséquences de la crise de la Covid, on a les mêmes problématiques qu'ailleurs en France. »

Justement, en quoi la crise de la Covid a eu un impact sur notre psychologie ?

« L'Homme est un être bio-psycho-social et construit dans des relations sociales. Si une personne n'est plus en relation avec les autres, son cerveau s'atrophie. En extrapolant sur les enfants, on a fait le constat que s'ils sont privés de relations, même nourris, ils meurent, pour la plupart de dépression essentielle. L'être humain a besoin des autres, au niveau neuro-développemental et psychologique. Or la crise de la Covid et les mesures prises ont plusieurs effets : l'isolement, qui joue un rôle important, la privation des liens sociaux, familiaux et la perte de liberté. »

Tout le monde ne vit cependant pas cette crise de la même manière...

« En effet, nos capacités d'adaptation à cette situa-



Le D^r Charassin est le chef du pôle psychiatrie à Thonon, qui fait partie de l'établissement public de santé mentale de Haute-Savoie (EPSM 74), dont le siège est à La Roche-sur-Foron. Photo Le DU/Be.A.

tion varient selon les individus. Il y a des personnes qui ont très bien vécu le premier confinement. Si on a une maison, un jardin, ce n'est pas pareil qu'être dans un petit appartement à quatre. Selon les conditions de vie, il est plus ou moins facile de supporter d'être ensemble, ou à l'inverse seul, sans pouvoir faire grand-chose.

Sur le plan psychologique, le moi individuel (l'identité personnelle, NDLR) de certaines personnes, du fait de leur parcours de

vie, de structures psychologiques, va avoir une plus grande vulnérabilité, et d'autres beaucoup moins. Or quand le moi social (ce que nous sommes dans l'action au contact des autres) est réduit à peu de chagrin, les personnes dont le moi individuel est fragile vont être plus rapidement en souffrance psychique. »

Le flux d'informations constant sur la Covid, qui crée une sorte d'ambiance angoissante et

permanente, n'affecte-t-il pas aussi notre psychologie ?

« Oui. Dans ce contexte, l'information tourne beaucoup autour de la Covid, avec d'innombrables chiffres souvent macabres, cela peut avoir un effet traumatique, qui vient aussi d'un effet de répétition, comme si les choses étaient hors du temps. On n'a plus de perspectives, on a du mal à savoir quand on va sortir de la crise. Ce degré d'incertitude est problématique car on a be-

soin de participer à quelque chose de collectif, d'aller vers les autres et que les autres puissent venir vers soi. L'être humain a aussi besoin de se projeter, même dans des choses simples, comme les vacances ou aller voir la famille. Le prix à payer des mesures de privation de liberté sur le plan de la santé mentale est lourd et va continuer de l'être. Est-ce que le jeu en vaut la chandelle ? On le saura sûrement plus tard. À titre personnel, j'estime que le choix d'une politique de prévention globale et totale pour limiter la propagation du virus - et tenter de prévenir le risque de ce côté - a engendré d'autres risques lourds. »

Quelles ont été les conséquences sur la prise en charge médicale dans le secteur psychiatrie ?

« On a eu un nombre très important d'admissions, notamment pendant et après le deuxième confinement. Je suis là depuis huit ans, je n'ai jamais vu un tel afflux d'hospitalisations. Il y en a eu 30 entre le 13 novembre et le 7 décembre, dont 80 % liées à la Covid. Or, nous sommes limités à 43 lits, dont une partie est occupée par des prises en charge habituelles. Parmi celles-ci, beaucoup de dépressions et un nombre important de tentatives de suicide. La psychiatrie est sous-tension, d'abord par manque de soignants, de lits, alors même que les besoins augmentent. Mais jamais nous n'avons eu à devoir choisir entre deux patients. Mais on espère vraiment pouvoir envisager une sortie de crise prochaine. »

Propos recueillis par Benjamin ARNAUD

« La sortie de crise sera une libération collective »

Cette crise a-t-elle des conséquences sur la psychologie collective ?

« Oui, il y a un impact. La capacité de résilience pour le collectif existe, mais on vit un moment historique. Ce n'est pas la guerre, comparons ce qui est comparable. Mais l'expérience actuelle est historique et est partagée par toute la population mondiale. En positif, je pense que la sortie de cri-

se sera une libération collective, un moment positif. »

Ce moment positif permettra de tourner la page de cette crise définitivement ?

« Cela aidera à ce que beaucoup de gens aillent mieux. Mais tous les troubles psychologiques ne vont pas guérir par magie, ils existaient avant et ils existeront après. Mais cela aidera

à résorber l'inflation de troubles psychiatriques qu'on a connue durant cette crise, c'est certain. Ce qui est vraiment nouveau dans cette crise, c'est une violence psychologique basée sur le fait que l'autre devient un danger et peut me donner la mort.

On est dans des vécus paranoïdes, auxquels on n'était pas du tout habitué de façon collective. Je repré-

sente un danger de mort pour l'autre, y compris pour ceux que j'aime. Donc on ne peut plus être en relation avec l'autre. Habituellement, on n'a pas ce raisonnement, sauf de façon singulière dans certains lieux et certains contextes. Or ici, c'est à une échelle globale et collective. Cela crée de l'angoisse, de la culpabilité et accentue des états délirants. »

Cela peut-il remettre en question durablement notre confiance dans l'autre ?

« Je reste d'un naturel optimiste. Je pense qu'on va sortir de cette crise et que le vaccin est une solution. On va être heureux de pouvoir reprendre nos contacts habituels, il n'y a pas de raison qu'on ne retrouve pas nos manières de vivre d'avant. »

Propos recueillis par Be.A.