

J Whyte AUDIO 2

J'ai vu mon premier psychiatre en 1965 en Saskatchewan. Si j'étais entrée dans le système de santé mentale en 1965 dans n'importe quelle autre province canadienne, ou 10 ans plus tôt en Saskatchewan, il y a de très bonnes chances que j'aurais été placée à l'hôpital de North Battleford de Saskatchewan et 20 ans plus tard, alors que j'aurais perdu mes compétences me permettant de vivre de façon indépendante, j'aurais été désinstitutionnalisée.

À cause de la nature des services de santé mentale à l'époque où j'y ai eu recours, ma vie a été considérablement différente. Elle a été caractérisée par des séjours longs, mais temporaires, dans des hôpitaux généraux et occasionnellement dans des unités psychiatriques. Le docteur McKerricher, le doyen de la nouvelle faculté de médecine de l'Université de Saskatchewan, favorisait l'éducation et la formation continue pour encourager les praticiens à devenir des travailleurs en santé mentale de première ligne. La disponibilité des infirmières psychiatriques et des travailleurs sociaux au sein des cliniques communautaires de santé mentale était déterminante, permettant d'offrir de l'éducation, du soutien et l'accès aux services requis.

En 1971, quand l'hôpital Weyburn a officiellement fermé et que le nombre de patients à l'hôpital de North Battleford a été réduit, le gouvernement a transféré 50 millions du budget de santé mentale vers ses revenus. 50 millions en 1971. Si ces économies tirées de l'hospitalisation avaient été réinvesties dans les services communautaires, y compris l'hébergement, l'aide à la recherche d'emploi, la mise en place d'un réseau d'aide par des professionnels et les pairs, la désinstitutionnalisation n'aurait pas été un billet vers la pauvreté, l'isolement et un combat permanent. Bien sûr, quand le budget de base a été réduit de manière significative en 1971, l'augmentation pour les années suivantes n'a jamais rattrapé le montant initial.

Dans mes 20 premières années dans le système de santé mentale désinstitutionnalisé, j'ai probablement coûté au système plus d'un million de dollars en visites chez le médecin et en hospitalisations. Quand j'ai reçu le bon diagnostic et que j'ai commencé à entreprendre une thérapie appropriée pour le trouble dissociatif, j'ai continué à aller à l'hôpital et chez le médecin, mais les coûts pour le système ont diminué quand j'ai appris à faire face à mon trouble et que j'ai commencé à guérir. Avec le soutien de services privés, j'ai pu ne pas aller à l'hôpital pendant 10 ans. Les économies pour le système de santé mentale ont été significatives, les économies pour moi l'ont aussi été.

Aujourd'hui, en 2014, à l'âge de 66 ans, je paye pour la consultation, les massages thérapeutiques et le soutien dont j'ai de besoin. Puisque mon diagnostic, le trouble dissociatif de l'identité, n'a pas été reconnu par le psychologue à la clinique de santé mentale et a été mis en doute et ignoré par mon psychiatre, je dois recourir à des services privés. Cela m'oblige à me priver considérablement. Parce que je ne pouvais pas avoir un emploi régulier, mon régime de pension fédérale est de moins de 200\$

par mois, ce qui fait que mon chèque d'assistance sociale est de moins de 1000\$. Heureusement, j'ai eu droit à un tarif réduit de ma thérapeute. Elle appelle ça un rabais au volume, mais mes sessions hebdomadaires me prennent 300\$ de mes revenus et ma thérapie énergisante pour le corps me coûte 120\$ par mois. À cela, il faut ajouter mes médicaments pour mon diabète, pour ma haute pression, mes suppléments alimentaires. Les revenus de ma pension m'aident à payer ma santé mentale et physique, mais il ne me reste plus grand-chose pour la nourriture ensuite. Je dois vivre dans un logement subventionné, ce qui fait que le prix de mon loyer est fixé à 30% de mes revenus.

Heureusement, en ce moment, je continue à prendre des contrats pour augmenter mes revenus et la vente de ma maison la maison que j'ai achetée, contre l'avis de tous alors que j'étais sur l'aide sociale, me permettent de payer mes comptes. J'achève présentement la troisième phase de la publication de mes mémoires, *Au-delà de l'endurance (Beyond Endurance)*, inspirées des lettres envoyées à ma thérapeute au cours de l'année 2013 et qui traitent des abus extrêmes que j'ai subis durant mon enfance et du processus de thérapie que j'ai entrepris et qui me permet maintenant de vivre pleinement une vie intéressante.