

**D'abord une première rencontre** au cours de laquelle la personne se raconte, dit des choses importantes de son histoire, évoque des questions qui la travaillent.

Quelques jours plus tard, **un second entretien** au cours duquel Zoulouck lui restitue ce qu'elle a dit mais après l'avoir structuré et avoir glissé par-ci par-là quelques commentaires à sa façon. Lors de cette 2<sup>ème</sup> rencontre, la personne valide cette proposition, l'amende, donne son accord pour que cet écrit soit mis dans son carnet. Très souvent, elle en profite pour aller plus loin, s'interroger plus profondément sur son parcours. Le deal passé (« si je me livre, c'est parce que je sais que j'aurais un retour ») engendre la confiance. La personne sait qu'à tout moment, elle garde la main sur ce qui sera écrit dans son carnet. En fait c'est l'occasion pour elle de faire le point sur son parcours.

**Lors de la 3<sup>ème</sup> rencontre**, Zoulouck remet son livret à son destinataire en présence d'un professionnel de la structure avec qui celui-ci souhaite partager son témoignage. Ensuite, en fonction du désir de la personne, ce carnet voyagera au sein de la famille, de l'entourage, voire même de la structure. Cette expérience limitée dans le temps (3 à 4 rencontres) produit des effets étonnants.

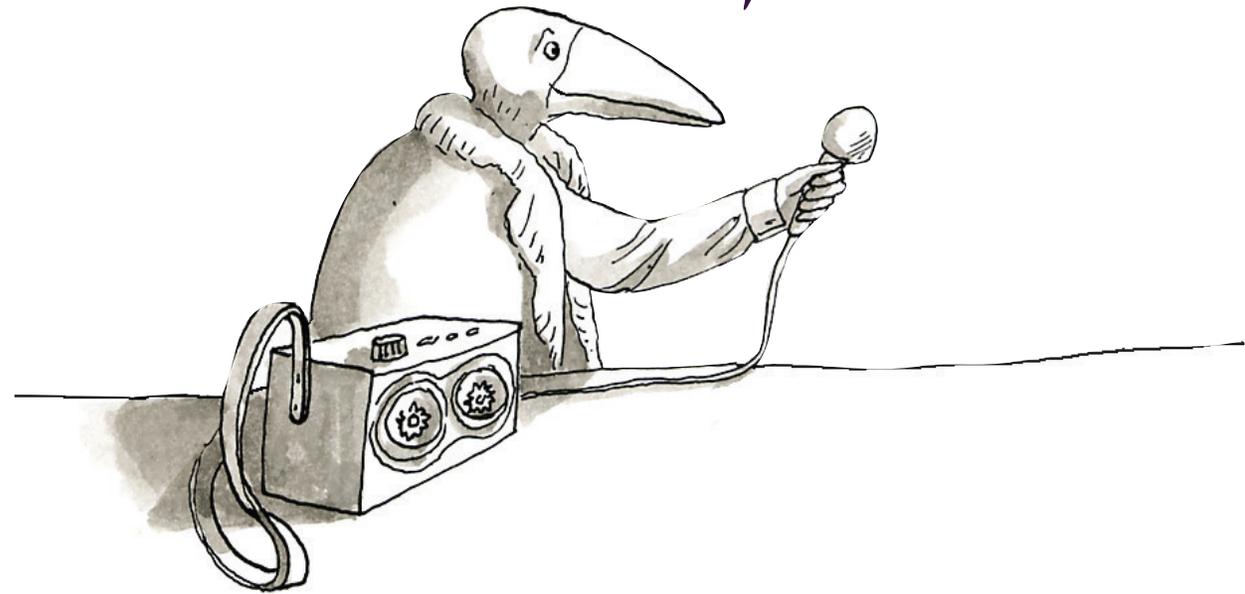
NORA M'A VRAIMENT  
TOUCHÉ, C'EST FORT CE  
QU'ELLE DIT !



BON VENT  
NORA !



DÎTES MOI  
TOUT NORA !



VOICI LA VÉRITABLE  
HISTOIRE DE LA BELLE  
AU BOIS DORMANT...



### **La belle au bois dormant**

Mon problème c'est Karim, mon fils. Il a des problèmes de santé importants, il est né prématuré, il a la taille d'un enfant de 12 ans alors qu'il en a 15. Il peut être un ange et la minute d'après, un démon. Il est très violent, très attachant, mais si instable... Là, moi j'en peux plus. A la base, j'étais assistante maternelle et je l'ai récupéré tout petit, si fragile. C'était un enfant placé né de père inconnu et avec une maman qui avait fait un déni de grossesse. Elle ne l'a vu qu'une fois. Avec mon mari, on a craqué sur lui et on l'a adopté. C'est vrai qu'il a eu un démarrage difficile dans la vie. Donc on s'est attaché, c'était notre petit chouchou.

On avait déjà trois enfants et lui, et bien c'était le petit dernier. Je me rends compte qu'il y a eu une période où j'ai presque délaissé mes propres enfants, où je ne voyais que lui. Mes enfants aussi s'étaient attachés. Au début, ça allait, mais c'est plus tard que la situation s'est dégradée. Quand on a déménagé de Tourcoing à Mons, dans la zup. C'était en 2000. Là-bas, il y avait des jeunes qui squattaient en bas de l'immeuble, on a eu des menaces, il y avait des gens méchants. L'arrivée a été vraiment difficile...

Quelques temps après, on a eu un incendie dans notre appartement à cause d'un court-circuit, toutes nos affaires ont brûlé, il y a même eu un article de presse là-dessus. C'était vraiment traumatisant. Les jouets de nos enfants et tout un tas d'affaires sont partis en fumée. Tout le reste a été entassé momentanément sur le trottoir par les pompiers. C'est là que certains en ont profité pour les voler. Karim avait 4 ans à l'époque. On n'avait pourtant pas manqué d'appeler la SLE pour leur signaler la défectuosité de l'installation électrique mais ils ne se sont jamais déplacés. Ensuite, on a été relogé dans un appartement pourri juste à côté. Ça sentait les égouts. C'est à ce moment-là que j'ai créé une association à destination des personnes en difficulté.



Moi j'aime aider les autres, sans doute parce que toute petite j'ai été élevée par ma grand-mère. Ma mère était très jeune quand elle m'a eue, elle avait 15 ans. Avant moi, à 13 ans et demi, elle avait eu ma sœur qui est décédée rapidement. Toujours est-il que dans cette asso, on récoltait des habits pour les plus démunis, on les triait puis on les envoyait au Maroc. J'avais une énergie incroyable à cette époque, une foi qui soulevait des montagnes. J'arrivais à dépatouiller des choses incroyables que la polic ou la mairie n'arrivait pas à régler. Je me souviens d'une concierge qui se faisait harceler, tabasser par les jeunes, je suis allée voir chaque parent des jeunes en question pour leur raconter ce que faisaient leurs enfants. Après, comme par hasard, ça s'est arrangé pour cette femme.

Je me souviens aussi de mon voisin qui était alcoolique et qui se faisait taper par les jeunes. J'ai fait la police là encore et ça s'est arrêté. Après son décès, sa femme s'est mis à faire rentrer des gens bizarres, des SDF, ensemble ils faisaient la java toutes les nuits. Ça sentait mauvais, l'entrée était sale, je nettoyait tous les jours tellement j'avais honte de vivre dans cette crasse. Et mes enfants voyaient ça, quand j'y repense... C'est à cette époque que mon fils Karim s'est mis à fréquenter un des enfants de cette famille, il passait par la fenêtre en cachette pour aller le rejoindre et ensemble, ils filaient dehors et faisaient n'importe quoi.

Les poubelles prenaient feu sans arrêt ces années-là ! En bas, dans un local de l'immeuble il y avait des meubles que les gens entassaient, entassaient. Même la SLE s'en servait comme débarras ! Moi, je n'avais qu'une crainte, c'est que tout ça prenne feu et nous avec.

J'animais aussi un club de gym avec des femmes du quartier, mais certaines avaient l'impression que je les jugeais mal, sans doute parce que j'étais jeune, mince... Elles étaient parano quoi. Peu à peu la situation s'est envenimée et on en est même venues aux mains. J'ai appelé la police plusieurs fois, mais ils ne venaient pas ou alors ils faisaient un petit tour et repartaient sans rien régler. Il y avait trop de jalousie autour de moi, des tas de rumeurs qui nous ont fait du mal. C'était affreux. J'avais tellement peur que j'ai fini par jeter l'éponge. Mon mari, c'est un homme fort, et bien malgré ça, à un moment, des personnes sont venues et l'ont frappé. Il a fallu que mon frère vienne et les prenne un par un pour que ça se calme un peu cette folie. J'ai écrit des dizaines de lettres au maire, à la SLE pour changer de logement, j'ai déposé plainte à la police... Je pourrais écrire un livre sur tout ça. Mais je suis restée coincée là pendant des années.



JE SUIS PHOBIQUE  
ADMINISTRATIF,  
JE NE SAIS PAS  
COMMENT ELLE  
A FAIT...

En prenant du recul, j'ai réalisé à cette époque que si je me jetais à corps perdu dans cette association en voulant combattre toutes les injustices, c'était sans doute pour fuir mon propre foyer et mon couple qui s'effiloçait. Je vivais des choses difficiles avec mon mari. En 2006, on a divorcé à l'amiable. J'ai tout fait pour que ça se passe comme ça. Mais mes enfants ont tout de même été choqués de cette situation.

J'ai mis trop de choses dans ce combat et je pense que les gens l'ont senti. C'est aussi pour ça que tout a dérapé. Je pense aussi que certaines personnes dans les quartiers à force de ne rien faire, d'observer les gens du soir au matin et de parler entre eux en arrivent à se faire des fixations, à délirer même.

J'ai fini par faire une dépression, je faisais des chutes de tension qui m'empêchaient de travailler. Je ne pouvais plus me relever. Je travaillais à l'époque à mi-temps dans la restauration et c'était dur. Il n'y a pas longtemps, ma fille qui est étudiante m'a prise avec elle. On a pu louer un petit logement privé en mai 2011 uniquement parce que ma sœur et mon beau-frère se sont portés garants. C'est un logement qui est cher, mais il fallait qu'on le prenne car ce n'était tout simplement plus possible.

Le jour où j'ai eu cet appartement, je... (*elle pleure*). J'avais enfin compris qu'il fallait que je me sauve moi-même, et que si j'attendais que le bailleur me réponde, j'allais crever sur place. J'ai compris en fait que je faisais un véritable blocage. Ce qui est fou dans cette histoire, c'est qu'à partir du moment où on est parti là-bas, le maire qui ne m'avait jamais répondu m'a proposé un autre logement ! Dans la semaine ! C'est quand même incroyable ! A croire qu'il suffit que l'on bouge pour que ça bouge autour de soi. C'est comme si j'avais enfin sorti la tête hors de l'eau. Je m'aperçois aujourd'hui que rien au monde ne m'obligeait en fait à vivre un tel enfer. Sauf moi... Comme si j'étais la marionnette de quelqu'un ou du moins comme si une partie de moi m'obligeait à rester là-bas malgré moi.



ELLE A TOUT  
COMPRIS NORA !

Comme je le disais au départ, celui qui m'emprisonne désormais, c'est Karim. C'est un travail à lui tout seul ! Il est malade sans doute à cause de ça, de toute cette histoire. De la sienne aussi... avant qu'il n'arrive chez nous.

Je ne peux pas le garder car il m'épuise. Du reste, il épuise tous les gens qui le prennent en charge. Au Gîte à Tourcoing, ils viennent de me dire qu'ils ne pouvaient pas le garder. Si même des professionnels spécialisés ne peuvent pas le prendre en charge, comment une mère comme moi pourrait y parvenir, hein ?

Karim, il commence à faire suer les voisins, à sonner aux sonnettes, à hurler, comme s'il était programmé pour mettre le bordel partout où il passe. C'est encore un bébé en fait, il fait des caprices de tout petit, et peut être que lui aussi est bloqué. Ça expliquerait le fait qu'il ne grandisse pas.

La question, c'est comment faire pour ne pas recréer un système qui se referme sur soi. Parce que le piège est là, le comportement de Karim, sa maladie m'empêchent de travailler, ça me coince. En même temps, si je travaillais, peut-être que ça lui ferait du bien de me voir différente...

Je commence à comprendre que tant que moi, je ne suis pas opérationnelle, guérie, je ne peux pas m'occuper des autres. Il faut que j'apprenne à m'occuper de moi. Sortir de ce rôle de victime, ne plus me laisser enfermer.

Mes parents, je me rends compte que leur éducation était une forme de maltraitance, d'emprisonnement et c'est quand on prend du recul qu'on réalise ce qu'on a vécu. J'ai un projet professionnel, j'aimerais me former dans les massages, car du côté de ma famille, il y avait ce don de guérisseur... M'occuper des autres, les soigner, mais en étant rémunérée, ça permettrait de clarifier l'échange, d'être plus claire.

J'avais besoin de parler de tout ça et je ne savais pas à qui me confier. Avoir affaire à quelqu'un qu'on ne connaît pas, c'est très important, on sait qu'on ne va pas être jugée... En même temps, ça fait mal de se faire renvoyer son parcours, ses erreurs, on réalise qu'on n'a pas forcément pris les bonnes décisions, qu'on était vraiment dans le brouillard. La situation dans laquelle on se retrouve dans ces moments-là, en fait, c'est comme une sorte de déni, comme si on s'était endormie... C'est l'histoire de la belle au bois dormant. Il faut parfois nous aider à nous réveiller.



### **Petit message de Nora**

*Je voudrais dire aux travailleurs sociaux qu'ils prennent vraiment notre détresse, notre problème à bras le corps. Il ne faut pas qu'ils nous laissent comme ça perdu... Sérieusement, il faut que le professionnel à qui on a affaire aille jusqu'au bout de nos problèmes, car on voit des personnes arriver l'une après l'autre, on doit toujours recommencer et c'est usant. On est perdu. A tel point qu'à force, on ne sait plus où on en est. Nous laisser, c'est nous tuer. Chaque problème normalement a une solution comme on dit, mais on a l'impression que pour nous il n'y en a jamais. Ce qu'on demande c'est de l'aide, de l'écoute, c'est tout. Et on a besoin de professionnels pour ça, car si on y arrivait toutes seules, on ne serait pas là !*

### **Autre chose à rajouter**

*Je voudrais vous faire part de mon point de vue concernant le petit carnet. Ce travail m'a apporté énormément, c'est à dire que maintenant je ne vois plus ma vie, mes problèmes de la même façon. Après avoir écrit ce livret et pu dire ce que j'avais sur le cœur, j'ai l'impression de m'être retrouvée. Je ne suis plus la personne qui pleurait sans cesse et qui prenait des médicaments pour la dépression. Je n'ai pratiquement plus d'acouphènes non plus. Suite à ces rencontres, je ne sens enfin guérie. Le personnage de ce livre, je n'arrive même pas à croire que c'est moi. Pour moi maintenant, c'est une étrangère. Je vous remercie beaucoup.*





## Le Message du Professeur Zoulouck

Chère Nora,

“

Je vous fais cette petite bafouille pour vous signifier mon admiration et dire à quel point votre témoignage m'a apporté, y compris personnellement. En effet, étant moi-même en questionnement sur mon avenir, osons le mot, un peu bloqué, le fait de lire votre passage sur la belle au bois dormant a eu un effet électrochoc. Ça m'a réveillé ! Ce fut donc un réveil réciproque, un échange de bons procédés.

Vous avez raison Nora, pour bouger, encore faut-il se rendre compte qu'on est arrêté. Et revenir sur notre histoire, y compris dans les moments difficiles permet de prendre conscience de ce qu'on a traversé et de l'état dans lequel on était. On a fait preuve de sacrées ressources à certains moments et à d'autres, on était figés, aveuglés, c'était trop quoi. On était donc incapable de mesurer ce qu'on s'infligeait. Alors oui, d'y retourner, ça secoue mais ça permet aussi de le réaliser, de sortir du déni ou du brouillard comme vous dites si bien.

Grace à vous moi aussi je bouge et de ça, je vous remercie beaucoup.  
Mes salutations distinguées, Madame.

JE VOUS SOUHAITE  
LE MEILLEUR NORA !

