



ROYAUME-UNI

# Les traumatisés du Brexit

*Insomnies, angoisses, phobies... Déstabilisés par un feuilleton politique qui n'en finit pas, Britanniques et Européens installés en Grande-Bretagne vont de plus en plus chez le psy*

*De notre envoyée spéciale en Angleterre, SOPHIE FAY*





◀ Le monument à Wellington sur la place du Royal Exchange, où se concentrent les activités boursières de Londres.

*l'Europe.* » Lorsque son mari est arrivé pour la première fois en Angleterre en 2002, il a été accueilli à bras ouverts. « *Tout le monde voulait l'aider, se souvient Anne. Aujourd'hui, pour lui, c'est si compliqué. Parce qu'il est italien, les gens me disent qu'il doit passer après les Britanniques. Mais c'est mon mari! Qu'est devenu mon pays?* » Elle vit très mal cette transformation. Depuis le référendum pour ou contre le maintien dans l'Union européenne, de plus en plus de Britanniques ou d'Européens installés outre-Manche se retrouvent chez le psy, déstabilisés par une décision politique qui bouleverse leur vie, leur pays, leurs repères culturels.

#### “MON PAYS EST DEVENU FOU ET MOI, JE CRAQUE”

Plus la sortie de l'Union se rapproche, plus le Royaume-Uni se déchire et souffre. Il suffit de lire les titres des journaux à propos du Brexit pour s'en rendre compte. Il n'y est question que de « folie » (*insanity*), de dépression nerveuse (*collective mental breakdown*), de crise d'identité, d'automutilation (*self-harm*), de suicide économique ou de schizophrénie... Ce malaise, Christina Patterson (1), journaliste, le ressent au plus profond d'elle-même et le décrypte en détail sur son blog. Elle somatise. Elle qui n'avait jamais eu de problèmes dentaires a deux molaires fissurées. « *Vous grincez des dents* », lui a dit son dentiste. A-t-elle des soucis? Evidemment! « *Mon pays est devenu fou et moi, je craque* », explique cette femme de caractère en écrasant une larme. Elle raconte ses insomnies, son inquiétude pour le système de santé, la disponibilité des médicaments (elle sait ce que cela signifie, elle a surmonté un cancer), les emplois... Elle n'est pas la seule. « *En début d'année, il y a toujours un afflux de demandes de rendez-vous mais là, j'ai battu tous les records, en particulier de personnes se plaignant d'anxiété* », constate Sally Brown, membre de la British Association for Counselling and Psychotherapy, thérapeute à Bedford, une ville « Leave » (favorable à la sortie de l'Union) à 100 kilomètres au nord de Londres. Tous ses patients n'incriminent pas le Brexit, mais « *je n'ai aucun doute que cela a un effet sur leur bien-être mental. Nous ne vivons pas dans une bulle* ». Les plus tou-

chés, selon elle, sont les *millennials* et les jeunes qui n'ont pas pu voter mais vont devoir vivre avec les conséquences du Brexit. Ils ne partagent aucunement le rejet de l'immigration qui a souvent motivé le vote Leave. Ils disent avoir peur (de ne pas trouver d'emploi, notamment), parlent d'absence d'espoir. Pour eux, les rites du passage à l'âge adulte (travailler, acheter un appartement) seront retardés ou plus difficiles si l'économie plonge... « *Certains ont un sentiment d'échec personnel, il faut leur redonner confiance en eux* », note la psy. Or personne ne les rassure. « *Le gouvernement, qui joue d'une certaine manière un rôle parental, devrait soutenir notre sentiment de sécurité, mais en ce moment c'est comme si les "parents" étaient embourbés dans un divorce acrimonieux.* » Pas un divorce entre Londres et l'Europe, mais entre Britanniques, que l'on suit à la télévision, au Parlement, à longueur de journée! « *Que vous soyez Remainers ou Brexiters aujourd'hui, vous avez perdu confiance dans les "adultes" qui sont censés veiller sur votre avenir* », regrette Sally Brown. Quand votre psyché ne supporte plus l'incertitude et la peur, il déclenche des crises de panique. Pour elle, ce n'est pas un hasard si les vidéos de Marie Kondo, cette Japonaise qui aide les gens à ranger leur appartement, font fureur dans son pays, ou si les gens sont obsédés par le besoin de manger sain. « *Ce sont des tactiques pour essayer de reprendre le contrôle, comme celles que l'on voit à l'œuvre dans l'anorexie* », explique la psy.

#### VICTIMES COLLATÉRALES

Difficile aussi d'affronter un environnement devenu hostile. Kate Gott vit avec son père Brian dans le village d'Ingham (374 habitants). Dans le Norfolk, à l'exception notable de la ville de Norwich, capitale universitaire, le vote Brexit a été massif. Près de 60%. Un choc pour eux. Brian, 87 ans, raconte avec émotion comment il a sillonné l'Europe avec sa femme et ses enfants dans leur Combi Volkswagen. Il est si fier de sa fille qui parle français – elle a fait un Erasmus à Aix-en-Provence – et allemand. Ils sont à la peine depuis le référendum, entourés de « Daily Bigots », ces lecteurs « sectaires » du ➤

Un rayon de soleil réchauffe Norwich, la capitale du Norfolk, ce comté de l'est de l'Angleterre où la reine aime à se réfugier, l'hiver, dans sa propriété de Sandringham. Depuis quelque temps, Anne Cardy-Iacovazzo ne prête plus attention à la météo. Cette graphiste anglaise ne va pas bien. Le Brexit est passé par là. De son sac en toile customisé avec un drapeau britannique et un drapeau européen, elle sort une vieille carte de séjour française et des photos de son mariage. Elle essuie une larme et explique: « *Je me suis mariée en France, avec un Italien, le maire était tellement fier de nous unir. Nous étions*



**“L'ENVIRONNEMENT POLITIQUE  
A UN EFFET SUR NOUS.  
RENCONTRER DES PERSONNES  
QUI PARTAGENT VOTRE  
DÉSARROI EST IMPORTANT.”**

EMMY VAN DEURZEN, PSYCHOLOGUE

➔ « Daily Mail » qui ont cru toutes les sornettes accusant l'Europe de changer la forme des concombres ou des bananes. « Nous nous sentons tout juste tolérés; l'un de nos voisins, militant Ukip et pro-Leave, nous cherche systématiquement des noises », raconte la jeune femme, qui a pris du poids et traverse des moments difficiles : elle est bipolaire et, dans ses phases maniaques, le Brexit ne la lâche plus.

Les Brexiteurs ne vont pas forcément mieux. Ils subissent aussi l'angoisse de l'incertitude et de la trahison. « On leur a donné un choix simple, idéal, “dedans ou dehors”, mais la solution s'avère plus complexe. Certains se sentent trahis, préféreraient une sortie de l'Union sans accord, même si elle est brutale, parce qu'au moins c'est clair », explique Aaron Ballick, thérapeute à Londres. « Aucun d'entre eux n'a jamais dit regretter son vote », remarque Kevin Mann, psychologue au centre de consultation Saint-Barnabé de Norwich, parfois surpris. Les positions sont bien cristallisées. Le pays divisé en deux.

Victimes collatérales d'un vote auquel ils n'ont pas pu participer, les 3 millions d'Européens vivant au Royaume-Uni sont les plus secoués. La psychologue Emmy Van Deurzen en fait partie. Née aux Pays-Bas, diplômée de philo et de psycho en France, elle débarque à Londres en 1977. Son mari et ses enfants sont britanniques. Fin 2015, elle a voulu elle aussi le devenir pour pouvoir voter au référendum sur le Brexit. Une formalité, pensait-elle. Erreur. Elle a dû faire deux tentatives, prendre un avocat, mobiliser son député. La ministre de l'Intérieur de l'époque était une certaine Theresa May. « J'ai compris qu'elle avait créé un environnement hostile pour se débarrasser des citoyens d'Europe », assure-t-elle en secouant ses boucles blanches. Elle obtiendra son passeport, mais seulement après le vote. Elle crée alors un groupe d'entraide sur internet, Voices for Europe. « Très vite, 3 000 personnes l'ont rejoint. Sachant que j'étais thérapeute, ils m'ont confié leur désarroi : insomnie, angoisse, perte d'appétit, phobie, dépression... » Quand ils l'expriment à d'autres, ils se heurtent au flegme britannique : « Ça va aller... », « Ne t'inquiète pas, on ne va pas t'expulser. » Et s'ils insistent, on leur répond : « Tu n'aurais pas un autre problème, tu es sûr que ça n'a pas commencé avant le Brexit ? » On leur prescrit des antidépresseurs ou pourquoi pas une analyse pour trouver des racines à leur mal-être... La psy existentielle s'agace : « Il

## LE BREXIT EN CINQ DATES

**JUIN 2016**  
Référendum sur le maintien dans l'UE. Victoire du vote « Leave » (« Sortir ») à 51,90%.

**JUILLET 2016**  
Theresa May devient

Première ministre prenant position pour un Brexit dur.

**MARS 2017**  
Londres active l'article 50 du Traité européen, qui déclenche un compte à

rebours de deux ans pour trouver un accord de sortie avant le 29 mars 2019.

**15 JANVIER 2019**  
Le Parlement britannique rejette l'accord de Theresa

May et demande le report de la date de sortie.

**12 AVRIL 2019**  
C'est la nouvelle date de sortie sans accord (« no deal ») si le Parlement

refuse toujours le texte de Theresa May. S'il l'adopte ou trouve une autre solution, une période de transition s'ouvrira pour deux ans à partir du 22 mai.



faut reconnaître que l'environnement politique a un effet sur nous.» Pour les soulager, elle a ouvert dès juin 2017 une consultation gratuite dans son Académie existentielle, puis organisé un réseau de psys bénévoles, The Emotional Support Service for Europeans (Esse), qui consultent par Skype. Un lieu où les clients – en Angleterre on ne dit pas patient – seront écoutés. Esse les pousse à se mobiliser : « Notre travail a montré à quel point il était important de rencontrer des personnes qui partagent votre désarroi, de se sentir compris. Les patients qui s'engagent dans des actions militantes, dans des groupes pro-européens, constatent très vite une amélioration. »

### “VOUS PARLEZ TROP FORT !”

Cap sur Great Yarmouth, joli port de pêche du Norfolk, l'une des cinq villes qui ont eu le plus fort vote Leave du Royaume. Joan Pons Laplana y est arrivé en novembre 2000 comme infirmier dans l'hôpital public local. Ce Catalan aux faux airs de Jean Reno est l'un des cabossés du Brexit qu'Esse a aidés. Un jour, sa fille de 11 ans, née en Angleterre, de mère anglaise, est rentrée de l'école en pleurant : ses copains lui avaient dit que son père allait être « jeté dehors ». Il s'est soudain interrogé : quels sont mes droits ? Personne ne le savait, pas même le syndicat du NHS (le système de santé britannique). « On me disait de ne pas m'inquiéter, mais qu'en savaient-ils ? J'étais angoissé, j'ai perdu le sommeil, j'ai pris 10 kilos en quelques mois. J'avais des sautes d'humeur, confie-t-il. Je ne comprends pas l'apathie des Anglais, ils font comme si de rien n'était. Ils évitent “le mot en B”. Ils regardent ailleurs. » Beaucoup au sein du NHS ont voté le Brexit pour obtenir la fin de l'austérité et plus de moyens. Ils comprennent aujourd'hui qu'ils se sont fait bernier. L'argent n'est pas là, les médecins étrangers ont commencé à partir, les infirmiers aussi. Il en manquerait 40 000. Et le

## “INJURÉE, J'AI QUITTÉ MON VILLAGE ET CHANGÉ DE TRAVAIL.”

MALIKA STEED, STRASBOURGEOISE, BRITANNIQUE DEPUIS PEU



pays n'en formera jamais assez pour compenser : « La formation coûte 30 000 livres pour trois ans, c'est le prix de l'université. Qui peut rembourser une telle dette avec un salaire de 11 livres de l'heure ? » Pendant qu'il se confie dans un café très fréquenté, un monsieur âgé, installé à la table voisine, s'approche : « Ma femme est lettonne et je partage tout ce que vous dites. » Mais quelques minutes plus tard, un autre se lève, excédé. « Vous parlez trop fort », lâche-t-il au Catalan qui roule des r sonores et peu britanniques. « Un Brexiter », pâlit Joan Laplana, soudain tendu.

Malika Steed redoute elle aussi les agressions verbales. Lorsqu'elle fait ses courses

chez Tesco, à Norwich, cette Strasbourgeoise ne dit pas un mot. Elle ne veut pas d'ennuis. Avec ses enfants, elle ne parle plus français en public. « On ne sait jamais »... En anglais, elle soigne ses intonations pour faire disparaître son accent, ponctue toutes ses phrases d'un lovely très British, se montre d'une politesse exquise.

### DES PROPOS XÉNOPHOBES

Prof remplaçante, arrivée dans le Norfolk en avril 2002 (après la défaite de Lionel Jospin face à Jean-Marie Le Pen, douloureuse pour cette militante socialiste), elle a vu sa vie basculer avec le Brexit, qui a libéré les propos xénophobes et racistes : « Les élèves ont commencé à faire des réflexions, à me dire “English, English”, quand je parlais, ce qu'ils n'avaient jamais fait avant. » Elle vivait dans le petit village d'Acle, 2 800 habitants, sur la route de Great Yarmouth. Un matin, deux voisins ont pris sa voiture en sandwich et l'ont traitée de *foreign bitch* (« salope d'étrangère ») devant ses enfants. « Je ne l'ai pas supporté », explique-t-elle. J'ai contacté Esse. Ils m'ont aidée à reprendre ma vie en main, à agir sur ce que je pouvais : j'ai quitté ce village, déménagé à Norwich, changé de travail et obtenu la nationalité britannique. »

Depuis qu'elle a son passeport bleu marine, Malika est comme la plupart des Anglais : elle a envie de passer à autre chose. « Pas si facile », constate Aaron Ballick, thérapeute à Londres. Ce Brexit, c'est un mélange de répulsion et d'obsession compulsive. On veut arrêter d'y penser mais on ne peut pas s'empêcher de suivre l'actualité en temps réel. » Tant qu'il y a un espoir, Joan, qui se bat pour les Européens du NHS, Kate, qui a créé Norfolk for Europe, et Emmy, figure de la campagne People's Vote pour un deuxième référendum, ne feront pas relâche. ■

(1) Auteure de « The Art of Not Falling Apart » (Atlantic Books).

## Le monde en face

Brexit : les coulisses d'un divorce  
Présenté par Marina Carrère d'Ecausse  
Mardi 2 avril à 20.50

© Globe press

LOBS