

Activité 3-1 : Repérer les problèmes de santé mentale

Lisez chacune des descriptions suivantes et indiquez si la situation est caractérisée par une humeur, de l'anxiété, une psychose ou l'impulsivité. La situation peut comporter plus d'une dimension.

Thomas, âgé de 50 ans, et son épouse, Laura, âgée de 47 ans, sont mariés depuis 20 ans. Ils travaillent tous deux à temps plein. Thomas est cadre dans un cabinet d'architectes et Laura dirige un grand centre de culture physique. Ils n'ont pas d'enfants, mais ont plusieurs couples d'amis qu'ils connaissent depuis de nombreuses années. Thomas et Laura travaillent beaucoup, mais ils passent aussi beaucoup de temps ensemble le soir et la fin de semaine. Il y a un an environ, Thomas a commencé à avoir de la difficulté à s'endormir et, par conséquent, à se réveiller à l'heure pour aller travailler. Il disait qu'il se sentait nerveux et agité et que, au travail, il avait de la difficulté à accomplir des tâches qui lui étaient faciles auparavant. Laura s'est inquiétée lorsque Thomas s'est isolé et a commencé à passer de plus en plus de temps devant la télévision ou simplement assis dehors, le regard perdu dans le vide. Depuis que le comportement de Thomas a changé, Laura se préoccupe également du fait que Thomas boit de plus en plus. Il prenait un verre de vin à l'occasion ; maintenant il prend plusieurs verres de whisky quatre ou cinq soirs par semaine. Il est incapable d'exprimer ses sentiments et d'expliquer pourquoi son comportement a tant changé. Un soir, lorsque Laura et Thomas devaient se rendre chez des amis pour dîner, Laura a découvert Thomas assis sur le plancher de la chambre, tremblant et en pleurs. Il lui a dit qu'il était trop nerveux pour sortir et qu'il « en avait assez de se sentir ainsi ».

Ben étudie la biochimie à l'université. Ce célibataire de 20 ans, qui en est à sa deuxième année d'études universitaires, habite en résidence sur le campus. Bien qu'il soit généralement timide et réservé, il s'est lié d'amitié avec son camarade de chambre, un étudiant extraverti qui vient d'une autre province et qu'on surnomme « Scat ». Ben a même accompagné Scat à quelques partys sur le campus et se rendait en classe avec Scat et plusieurs autres étudiants de la résidence. Les parents de Ben n'habitent pas loin et étaient ravis que Ben, qui était renfermé et solitaire quand il était enfant et adolescent, se soit fait de nouveaux amis. Toutefois, au milieu de l'année scolaire, Ben a coupé les liens avec son nouveau groupe d'amis et ne voulait plus les accompagner dans leurs sorties. Il faisait l'école buissonnière, préférant rester dans sa chambre en résidence. En quelques mois, Ben a cessé de manger à la cafétéria, disant qu'il y avait « quelque chose dans la nourriture » et que quelqu'un essayait de l'empoisonner. Il croyait de plus en plus que les autres étudiants parlaient de lui dans son dos et a même accusé Scat de vouloir lui faire du mal. Finalement, il a abandonné ses études et passait toutes ses journées dans sa chambre, dans le noir, à fumer des cigarettes et de la marijuana et à écouter de la musique bruyante. Quand Scat entrait dans la chambre, Ben lui disait en criant de

quitter les lieux. Scat a rappelé à Ben qu'il était interdit de fumer dans la résidence. En entendant cela, Ben a lancé une chaise contre Scat et est sorti de la chambre comme un ouragan. Comme Ben n'était pas rentré depuis trois jours, Scat a téléphoné aux parents de Ben. Ceux-ci ont été stupéfaits du comportement de Ben, surtout de ses explosions de colère et de son usage de tabac et de drogues.

Karine est une célibataire de 32 ans qui travaille à temps partiel dans un grand magasin. Elle a l'habitude de vivre seule et de subvenir à ses besoins, compte tenu du fait qu'elle a quitté la maison à l'âge de 17 ans parce que ses parents se disputaient constamment et buvaient tous les jours. Karine s'est toujours sentie désespérée et découragée (abattue et triste) en pensant à sa vie et a traversé de longues périodes où elle avait l'impression qu'elle était bonne à rien et nulle et se sentait seule. Depuis l'âge de 15 ans, Karine a aussi connu des périodes de colère intense où elle avait envie de se faire du mal. Les membres de sa famille sont incapables de faire face à leurs émotions et se sont toujours tournés vers l'alcool ou le jeu pour composer avec les sentiments désagréables qu'ils ressentent comme la colère, l'ennui, la tristesse et l'anxiété. Karine n'a pas appris à composer avec ses sentiments et, depuis l'âge de 17 ans, elle prend diverses drogues pour atténuer la douleur psychologique qu'elle ressent. Elle a aussi découvert qu'en se coupant les bras et les jambes avec des objets tranchants, elle parvient à éliminer les émotions douloureuses, bien que le soulagement que lui procure cette automutilation ne dure jamais longtemps. Karine a constaté que sa colère et sa solitude sont de plus en plus intenses. Pour y faire face, elle a commencé à prendre une quantité excessive de pilules et s'est retrouvée à l'hôpital à plusieurs reprises. Au cours d'une de ces visites, elle a révélé à une infirmière du service des urgences de l'hôpital qu'elle envisage de se suicider.

Amélie a quatre enfants. Cette femme de 35 ans habite dans un logement subventionné dans une banlieue de Toronto. Amélie touche des prestations d'aide sociale et une aide financière pour ses enfants, âgés de sept ans, cinq ans, trois ans et neuf mois. Son ex-mari est en prison pour trafic de stupéfiants. Depuis son divorce il y a un an, Amélie se sent accablée, en particulier parce qu'elle doit trouver un emploi suffisamment rémunéré pour lui permettre de subvenir aux besoins de ses enfants. Elle se demande aussi où elle trouvera des places de garderie si elle obtient un bon emploi. Comme elle doit s'occuper de quatre enfants, Amélie n'a pas le temps de se faire des amis. Elle a souvent l'impression qu'elle porte un fardeau énorme sur ses épaules. Elle est déprimée et se sent isolée et croit que personne ne peut l'aider à s'acquitter de ses responsabilités. Tous les jours, elle traverse des crises de grande agitation et nervosité pendant lesquelles elle est incapable de s'occuper de ses enfants. Elle a constaté que si elle fait les cent pas dans les mêmes pièces, dans le même ordre et dans la même direction en répétant une phrase donnée, sa nervosité diminue quelque peu. Amélie a aussi constaté que, pendant ces crises, ses mains tremblent, elle est essoufflée, son cœur bat très vite

et elle est couverte de sueur. Quand ces symptômes sont très intenses, Amélie prend des doses excessives d'un tranquillisant comme le Valium, que lui a prescrit son médecin de famille parce qu'elle est insomniaque.

Commentaires

Thomas a des problèmes *d'humeur* et *d'anxiété*. Ben semble souffrir de *psychose*. Karine semble être aux prises surtout avec un problème *d'impulsivité* et des problèmes *d'humeur*. Amélie semble avoir des problèmes *d'anxiété* et *d'humeur* (dépression).