

LA CRISE

OBJECTIFS DU COURS :

1. DEFINITION DE LA CRISE
2. LES CARACTERISTIQUES D'UNE CRISE
3. CLASSIFICATION DES CRISES
4. LES REACTIONS EMOTIONNELLES EN CRISE

1. DEFINITION

Toute situation personnelle (traumatique ou événement stressant) ou sociale qui implique un changement brusque, inattendu de l'équilibre d'une personne ou groupe, une perturbation de l'existence quotidienne, suivant l'épuisement des mécanismes de coping (mécanismes d'adaptation). On parle donc de crises individuelles, plus fréquemment des troubles psychologiques, mais aussi de crises sociales (politiques, financières, économiques, militaires, etc).

Historique des définitions de la crise :

- Erik Lindemann, 1942, les survivants d'un incendie à Boston, parle de la crise émotionnelle suivant le deuil ; il décrit les phases de choc, déni de la réalité, colère, irritabilité, culpabilité, identification avec la personne décédée, dépression. Il considère que ce type de crise survient plus fréquemment chez les personnes vulnérables, ayant des ressources adaptatives réduites et certains traits de personnalité
- Kubler-Ross décrit les phases émotionnelles d'une maladie terminale
- Caplan décrit la crise comme déséquilibre cause par un événement qui a épuisé les mécanismes de coping chez les personnalités immatures, incapables de faire face au stress. Lui aussi décrit 4 phases d'une réaction de crise : étonnement- choc- déni de la réalité, anxiété- colère - régression, résolution de la situation avec l'acceptation de la situation et la planification du futur, et/ou l'épuisement des ressources personnelles et les troubles psycho comportementales qui caractériserait finalement la situation de crise installée

2. LES CARACTERISTIQUES D'UNE CRISE

1. limitée en temps de quelques jours aux quelques semaines, généralement pas plus de 6 semaines
2. l'individu est incapable de résoudre la situation tout seul, avec ses propres ressources
3. il existe une grande vulnérabilité pour la personne, risque de suicide, homicide, accidents
4. la résolution de la situation se produit par la découverte de nouvelles ressources, mécanismes de coping, ou l'apparition de la maladie\
5. souvent, après la résolution d'une crise, il y a un enrichissement personnel de la personne ayant dépassé une telle situation

Il y a plusieurs termes qui se superposent : crise, stress, situation d'urgence, situation difficile, état de stress aigu ou chronique

3. CLASSIFICATION DES SITUATIONS DE CRISE :

1. crise physiologique ou développementale : l'adolescence, la crise du milieu de la vie, etc
2. crise situationnelle : divorce, deuil (voir l'échelle de Holmes et Rahe)
3. crise existentielle : déterminée par les conflits internes générés par différents rôles
4. crise catastrophique : secondaire à différents événements brutaux

4. REACTIONS EMOTIONNELLES EN CRISE

Peur, choc, culpabilité, susceptibilité, colère

Bibliographie:

- Cozman, D. (2008). Compendiu de suicidologie. Ed. Casa Cartii de Stiinta, Cluj
- Aguilera, DC. (1998). Crisis intervention. Theory and methodology, 8th ed, St. Louis, Missouri
- Everly, GS. (2000). Five principles of crisis intervention; reducing the risk of premature crisis intervention, International Journal of Emergency Mental Health, 2: 1-4