

Prototype Examen Vidéo – Verbatim et corrigé

Vous recevez une patiente de 30 ans qui travaille en cabinet comptable. Il y a un mois, à la fin de la période des bilans comptables, elle a ressenti un épuisement intense qui l'a amenée à consulter son médecin généraliste. Il diagnostique un épisode dépressif caractérisé, donne un arrêt de travail et prescrit des antidépresseurs.

Au bout d'un mois et demi, elle se sent nettement mieux. Mais à la reprise du travail, son état se dégrade à nouveau rapidement, malgré le traitement. Elle revient voir son médecin qui vous l'oriente alors pour une psychothérapie.

Vous commencez par évaluer l'intensité de sa dépression avec l'échelle PHQ9 (Patient Health Questionnaire – dépression) et le score est à 5, ce qui indique une dépression légère.

Vous cherchez alors à dépister d'éventuels troubles anxieux qui pourraient expliquer sa rechute lors de la reprise du travail.

1/ Diagnostic

Verbatim vidéo :

- Qu'est-ce qui a été difficile pour vous pendant la période des bilans comptables ?
- Je faisais beaucoup d'heures.
- Vous travailliez plus que vos horaires. Est-ce que c'est habituel durant cette période de bilan comptable de travailler beaucoup ?
- Oui, c'est une période difficile. Nous sommes tous débordés.
- Vos collègues aussi font des heures supp alors ?
- Oui bien sûr, mais ils résistent mieux au stress que moi.
- Qu'est-ce qui vous fait dire ça ?
- Je vois bien que je suis plus stressée, je suis toujours en retard dans les délais et je panique.
- Qu'est-ce qui explique que vous avez plus de difficultés que vos collègues à finir vos dossiers dans les temps ?
- Je passe plus de temps sur chaque dossier qu'eux.
- Qu'est-ce qui peut expliquer cela ?
- J'ai peur de laisser passer une erreur. Cette idée que je puisse être responsable d'une erreur... Ça me réveille la nuit, ça m'est arrivé de revenir au travail le samedi pour vérifier.
- Est-ce que ces vérifications vous soulagent ?
- Au début oui. Mais pas vraiment... Je me suis mise à vérifier de plus en plus, mais j'avais toujours le doute, malgré les vérifications.
- Et vous avez une idée de combien de temps vous passiez à vérifier ?
- Bah, ça m'est arrivé de vérifier 4 fois le même dossier, parfois d'affilée.
- Et à votre avis, combien de temps ça vous prend de vérifier un dossier ?
- C'est difficile à dire, ça dépend...
- Et est-ce que ces vérifications, ça vous arrive dans d'autres situations qu'au travail ?
- Oui, le matin avant de partir. En arrêt, ça allait... C'est revenu depuis que j'ai repris le travail... J'ai toujours peur d'oublier d'éteindre un appareil électrique. Du coup je dois vérifier systématiquement le grille-pain, le four, les plaques, le fer à lisser...
- D'accord, et qu'est-ce qu'il se passe si vous ne vérifiez pas ?

- Je pense au risque d'incendie, ça m'obsède, du coup, il faut que je vérifie sinon ça me rend folle...
- Et ça vous prend beaucoup de temps de vérifier tout cela avant de partir ?
- Au moins 1/2h...
- D'accord. Tout à l'heure vous m'avez dit que vous paniquiez quand vous étiez en retard, qu'est-ce que ça veut dire pour vous "paniquer" ?
- Je stresse beaucoup, j'ai la boule au ventre, et je vois bien que vérifier me mets en retard mais si je ne le faisais pas, je pourrais commettre une erreur...

Questions :

1/ Quel(s) diagnostic(s) posez-vous ? Justifiez votre réponse à l'aide du DSM-V, en relation avec les éléments cliniques cités par la patiente. (3 pts)

TOC Obsession d'erreur/compulsion de vérification + épisode dépressif secondaire en voie de rémission

Pour le diagnostic du TOC :

- A : présence d'obsessions d'erreur (dans les dossiers comptables ; d'avoir mal éteint un appareil électrique) ressenties avec détresse, que Mme Léonie tente de neutraliser par des compulsions de vérification répétitifs et excessifs
- B : à l'origine d'une perte de temps + d'une détresse significative + d'une altération du fonctionnement
- C Pas d'affections médicales autres ni substance
- D : pas mieux expliqué par un autre trouble mental

2/ Citez deux diagnostics différentiels (2 pts):

Trouble panique – Burn out (/stress chronique). Toute réponse argumentée est acceptée.

2/Analyse fonctionnelle

Verbatim vidéo :

- Pouvez-vous m'expliquer ce qu'il se passe exactement le matin quand vous partez ?
- Avant de mettre mon manteau et de fermer la porte, je vérifie chaque appareil électrique individuellement, toujours dans le même ordre : la cuisine puis la salle de bain.
- D'accord, donc vous faites un premier cycle de vérification. Et ensuite ?
- C'est là où je perds le contrôle... Sur le pas de la porte, alors que je suis prête à partir et que j'ai déjà vérifié, je commence à douter. Et si j'avais mal fait ? Pourtant, je vérifie soigneusement, mais comme je le fais tous les matins, je me dis que j'ai pu être distraite, que quelque chose a pu échapper à ma vigilance... ça devient un peu automatique, donc je peux penser à autre chose et oublier quelque chose... Sur le coup je n'arrive pas à être sûre de moi, d'être sûre que j'ai bien tout vérifié.
- Quelle est l'idée qui vous fait le plus peur, à ce moment-là ?
- C'est l'idée qu'un appareil que j'ai mal vérifié déclenche un départ de feu pendant mon absence.
- Qu'est-ce que vous ressentez à cette idée ?
- C'est insupportable ! Rien que l'idée que ça puisse arriver... je ne peux pas l'imaginer...
- Que faites-vous alors ?

- Je recommence le cycle de vérification.
- Et à la fin du cycle, que se passe-t-il ?
- Les bons jours, j'arrive à partir de suite... Mais parfois le doute me reprend alors que je suis sur le parking. Alors je remonte chez moi et je recommence le cycle de vérification.
- Combien de fois?
- Avant, c'était que 2 fois... maintenant, c'est 4. Pendant la période des bilans comptables, j'ai même envisagé d'aller dormir à l'hôtel pour échapper à ça. Je me disais qu'à l'hôtel ce ne serait pas de ma responsabilité !
- Est-ce que vous avez essayé d'autres stratégies pour échapper aux vérifications ?
- Mmh... J'ai bien pensé à arrêter de me lisser les cheveux, mais ça ne changera pas le problème du four et des plaques électriques. Non, je ne vois pas...
- D'accord. Comment vous sentez vous quand vous vérifiez ?
- C'est mitigé. Sur le coup ça me soulage bien sûr, mais plus je vérifie plus je me sens folle. Je me dis que je ne suis pas normale, que personne ne fait ça ! (*la patiente est très émue/baisse la tête*)
- Ça vous touche beaucoup ce que vous êtes en train de dire... Qu'est ce que vous ressentez en ce moment ?
- J'ai honte... Je pensais que ça passerait tout seul après l'arrêt de travail, mais ça me désespère de voir que c'est revenu dès le premier jour de la reprise !

Questions

1/ Analyse fonctionnelle (3 pts)

Quelle est la situation qui pose problème à la patiente ? *Départ du domicile*

Dans cette situation, quelles sont ses pensées, ses émotions et sensations, son comportement ?

Pensées : Et si j'avais mal vérifié un appareil électrique ? Cela pourrait déclencher un départ de feu !

Émotions : Anxiété ++

Cpt : Cycle de vérification

Quelles en sont les conséquences à court et long terme ?

Court terme : la vérification soulage

Long terme : l'obsession de doute persiste et il faut vérifier de plus en plus longtemps ; l'estime de soi se dégrade ; honte

2/ Expliquer pourquoi son trouble se maintient (2 pts)

Renforcement négatif du comportement de vérification (baisse de l'anxiété)

L'absence de confrontation à la situation qui provoque l'obsession sans effectuer de compulsions ni d'évitement ne permet pas de mettre à l'épreuve de la réalité les pensées dysfonctionnelles qui se maintiennent

3/ Exposition

Questions :

1/ Expliquez les principes d'exposition à votre patiente (2pts)

Schéma de l'évolution classique de l'anxiété lors d'une séance d'exposition ; explication habituation/ Extinction/ Généralisation

OU : principes d'exposition par inhibition

2/ Vous explorez les situations d'exposition possible d'exposition avec elle. Quelle(s) situation(s) proposez-vous de travailler à votre patiente et pourquoi ? (1.5 pt)

Situations anxiogènes	Niveau d'anxiété estimé (De 0 à 100%)
Laisser le fer à lisser branché sur le meuble en bois en ma présence	60%
Laisser le fer à lisser débranché sur le meuble en bois en ma présence	40%
Laisser le fer à lisser branché en mon absence	90%
Laisser le fer à lisser branché sur le meuble en bois en mon absence	100% (évitement)

Laisser le fer à lisser débranché ou branché sur le meuble en bois en ma présence

Pourquoi : parce que ce sont deux situations d'exercice qui déclenchent une anxiété modérée (entre 30 et 60%). L'exposition aux deux dernières situations peut provoquer une anxiété intense voire une attaque de panique.

OU : si apprentissage par inhibition, on accepte la situation à 100%

3/ Quelles sont vos consignes pour l'exercice d'exposition (1.5)?

- Répétée : ici, tous les jours (règle : minimum 3 à 5 fois en 2 semaines)
- Notez au cours de l'exposition, le niveau d'anxiété de départ, l'anxiété maximale et l'anxiété finale.
- Durée de l'exercice : s'exposer jusqu'à ce que le niveau d'anxiété baisse au moins de moitié.
- Que faire si mon anxiété monte au lieu de descendre ?

1/ Respiration ventrale

2/ Si ça ne marche toujours pas, mettez fin à l'exposition (cad ici réaliser son rituel habituel)

OU : si apprentissage par inhibition, consignes adaptées

4/ Alliance thérapeutique

Verbatim vidéo :

- Comment se sont déroulées vos expositions depuis la dernière fois ?
- (Elle baisse le regard, regarde de côté) Je ne les ai pas faites.
- Ah ... dommage... (soupon déçu)
- Oui mais vous comprenez, j'ai repris le travail, comme j'ai été arrêtée, j'ai encore plus de retard et je suis très stressée...
- Oui, je comprends que vous soyez stressée, mais enfin si vous vouliez vraiment vous débarrasser de votre trouble, vous auriez fait ce travail car c'est le seul moyen de faire disparaître votre souffrance. En votre trouble aussi vous met en retard... imaginez, vous gagneriez une demi-heure tous les matins ...
- C'est sur ça serait bien, mais c'est vraiment difficile. Je pense tout de suite à l'incendie !

- Madame Truc, je vous ai déjà expliqué que ça ne pouvait pas arriver, qu'en cas de surtension, les compteurs actuels disjonctent. Vous avez même contacté un électricien pour vérifier et il vous a expliqué comment cela marchait. Et vous étiez d'accord avec moi.
- Oui c'est vrai, je sais bien que ma peur n'est pas réaliste, mais quand je dois le faire... j'ai cette image de la fumée, et de ma maison qui brule.
- D'accord, mais c'est pas en évitant l'exercice que vous allez avancer !
- (la patiente ne dit plus rien)

Questions :

1/ Repérez les signes d'une dégradation de l'alliance chez la patiente en les articulant avec vos connaissances théoriques. (2 pts)

- Opposition subtile (n'a pas fait les tâches thérapeutiques, baisse le regard, se justifie) : Résistance
- Opposition directe (s'oppose, ne dit plus rien) : réactance

2/ Identifiez les erreurs commises par la thérapeute en les articulant avec vos connaissances théoriques. (2 pts)

- Posture antipathique
- Escalade symétrique
- Réflexe correctif

3/ Proposer un exemple de réaction alternative de la psychothérapeute quand la patiente dit qu'elle n'a pas fait l'exercice. (1 pt)

Exemple: "D'accord, racontez moi ce qu'il s'est passé pour vous".

4/ Une fois l'alliance dégradée, comment la réparer ? (1 pt)

- Désamorcer la posture antipathique
 - o Auto observation du thérapeute
 - o Stratégies de retour au calme
 - o Restructuration cognitive de ses propres pensées
- Désamorcer la symétrie et rétablir le rapport collaboratif
 - o 4 R

Question enlevée