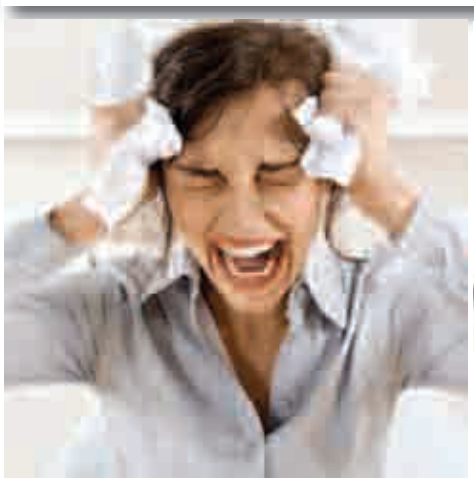
Soirmagazine

ZEMIRLINE SOUHILA, PSYCHOLOGUE CLINICIENNE THÉRAPEUTE POUR ENFANTS, ADOLESCENTS ET ADULTES, AU *SOIRMAGAZINE* :

«Seule la qualité de la relation entre le thérapeute et le patient déterminera le succès du traitement»

Dans cet entretien, Zemirline Souhila, psychologue clinicienne, explique l'hystérie en des termes simples et cerne la personnalité des patients atteints. Elle propose des méthodes pratiques de prise en charge, loin de celles utilisées par des guérisseurs ou des marabouts, faisant souvent appel à des méthodes paranormales qui pourraient aggraver l'état de la personne au lieu de la diriger vers une consultation adaptée et efficace.



Photos : DR

Par Sarah Raymouche

***Soirmagazine* : Qu'est-ce que l'hystérie ? On utilise souvent ce mot sans vraiment comprendre sa signification...**

Zemirline Souhila : C'est tout à fait vrai. Dès qu'on voit une personne, par exemple, crier, gesticuler, on dit qu'elle fait une crise d'hystérie. Parce qu'il y a un peu de vrai dans cela. En fait, l'hystérie fait partie des névroses. Elle est souvent caractérisée par des troubles du comportement de l'ordre de diverses manifestations et agitation corporelle spectaculaire. Pendant très longtemps, l'hystérie a été confondue avec la dystonie neurovégétative. En clair, cette dernière est un dysfonctionnement du système nerveux végétatif. Dans le cas de la crise d'hystérie, les médecins ne trouvaient aucune cause organique, elle est souvent causée par un choc émotionnel.

Donc, en résumé, l'hystérie est avant tout une affection psychiatrique qui fait partie des névroses, mais ce n'est pas parce qu'une personne crie et gesticule qu'elle est automatiquement hystérique. Il s'agit de poser un diagnostic précis et rapide afin d'éviter les complications de la maladie qui peut rapidement évoluer et retarder la guérison.

On évoque souvent le fait que la femme est plus touchée que l'homme. Pourquoi ?

Oui, c'est vrai. En général, elle touche essentiellement les très jeunes femmes. Elle débute généralement vers l'adolescence : la période la plus critique dans la vie de l'individu où la fragilité des sentiments, l'incertitude et le doute prennent le dessus.

Pourquoi devient-on hystérique ?

En règle générale, les personnes atteintes sont présentées comme des personnes souvent à fleur de peau, très fragilisées par les événements de la vie, ce qui les prédispose évidemment à être atteintes de cette affection. La succession de situations conflictuelles dans leur entourage augmente leur sensibilité et leur fragilité face à la maladie. Aussi, on peut retrouver des personnes très sensibles et fragiles mentalement. Cette affection se développe sur des personnalités particulièrement émotives qui, très souvent, ont besoin d'attirer l'attention des autres. Un besoin de plaire avec une tendance exagérée à faire plus, à se faire remarquer, à se distinguer des autres...

L'hystérie de conversion signifie très clairement le comportement de certains hystériques : elle survient suite à de graves conflits psycho-affectifs tels que des ruptures, des séparations non consenties ou encore la perte d'un être cher. Les patientes dans ces cas-là somatisent et cette conversion se transforme d'un conflit psychique en symptômes physiques, d'où les grandes crises...

Quels sont les symptômes de l'hystérie ?

Les symptômes de l'hystérie peuvent varier. Nous pouvons même dire qu'il y a des stades. Elle peut être de l'état chronique en passant par la paralysie, aux douleurs articulaires et musculaires. Il y aussi des crises de tétanie, des crises de phobie allant jusqu'à la panique généralisée. Enfin, le malade connaît des états spectaculaires et théâtraux. Ceci au point que l'entourage familial de la personne s'inquiète de cette attitude nouvelle, soudaine et inattendue, au point de croire que leur proche souffre de phénomènes paranormaux.

Pourquoi associe-t-on dans notre société une crise d'hystérie à la sorcellerie ou autres causes paranormales ?

C'est vrai, mais pas seulement dans notre société. Là où existe l'ignorance simplement ! L'entourage familial pense, en assistant à ce genre de scènes, que la personne est victime de sorcellerie. En fait, devant le désarroi et la panique, toutes les suppositions logiques et illogiques prennent le dessus. S'ensuivent, alors, les consultations chez les marabouts, les raqis et tous les moyens sont mis en place pour parer à ce problème. Cependant, de cette façon, le fond du problème n'est pas pris en charge. Il est important que le diagnostic soit posé rapidement par l'équipe soignante après une minutieuse exploration. Et, surtout, avec la forte persistance de crises épisodiques théâtralisées, le traitement de l'hystérie doit débuter et mis en place rapidement.

Il se basera essentiellement sur une prise en charge psychothérapeutique effective et assez longue. La famille du patient devra faire preuve de patience, de compréhension et ne pas juger leur proche. L'accompagnement se fera par étape. Seule la qualité de la relation entre le thérapeute et le patient déterminera le succès de la thérapie.

Quels conseils pratiques pouvez-vous donner à l'entourage de ces personnes ?

Il est peut-être un peu trop facile de dire, mais difficile de trouver le juste milieu entre ne pas entrer dans leur jeu et, en même temps, être à l'écoute de leur souffrance. Et comme je l'ai dit auparavant, la famille du patient doit être patiente et, surtout, ne pas le juger.

En cas de non-traitement d'une personne hystérique, à quoi cela peut-il conduire ?

Il est évident qu'en cas de non-traitement, l'évolution de l'hystérie est irrémédiable. Elle est souvent lourde et compliquée.

L'évolution la plus dramatique est, sans conteste, représentée par des tentatives de suicide qui peuvent mener à des accidents mortels ou des gestes volontaires affectant le corps ayant à l'origine pour fonction soit, inconsciemment, de reprendre le contrôle sur une situation où les émotions et les sensations lui échappent personnellement, soit, plus consciemment, une fonction d'appel à l'aide auprès de l'entourage ou du monde médical. aLa prise de toxiques (alcool, drogue…) peut également représenter un mode de complication dont il possède une certaine maîtrise. La chronicité de l'angoisse peut mener certains patients à présenter une agitation compensatrice pouvant les conduire à consulter aux urgences pour cette angoisse ou pour l'apparition d'un symptôme corporel conversif. L'évolution chronique, sans traitement, peut mener au développement d'autres formes de troubles anxieux névrotiques plus structurés (troubles obsessionnels compulsifs, phobies), ou vers des formes de paranoïa (le malade passe d'un schéma où «personne ne l'aime» à un autre où «tout le monde le déteste»). ■

DOLMET EL KHERCHEF, UN PLAT QUI SE PERD

Voyage Culinaire

A travers notre voyage culinaire de cette semaine, je vais partager avec mes chers lecteurs un plat qu'ils ne connaissent peut-être pas ou qu'ils ne cuisinent pas de cette manière. C'est une recette très simple mais qui se réalise en deux versions : sauce blanche pour les plus modérés d'entre vous et sauce rouge pour les amateurs de sensations gustatives fortes.

A base de légumes et de viande, *dolmet el kherchef* est le plat complet par excellence car il rassemble en une subtilité harmonieuse tous les ingrédients utiles et nécessaires à l'homme. En effet, le cardon (*el kherchef* pour nous) est un des plus vieux légumes du bassin méditerranéen qui se récoltait plutôt à l'état sauvage, et il a été de tout temps apprécié bien plus que d'autres. Il a été longtemps cultivé pour sa valeur médicinale et utilisé en médecine traditionnelle pour les maladies chroniques du foie et du diabète, si bien qu'on dit de lui que c'est le légume de fête et d'après-fête.

Cette plante potagère regorge de vitamine C, de fibres et de potassium. Nos grands-mères ne perdaient pas une seule occasion de cuisiner ce légume aux mille vertus nutritives et savaient apprécier sa délicate amertume qui vous reste au fond de la gorge. Il est vrai que les cardons n'étaient pas très prisés par une grande partie de la population, même les moins jeunes et c'était avec une grande déception que, tous jeunes, on apprenait qu'il y avait des cardons pour le déjeuner, et la pilule ne passait pas toujours très bien. Mais nul ne pouvait résister au caractère plutôt tyrannique de ma mère qui n'avait pas de répit jusqu'à nous faire avaler notre repas jusqu'à la dernière cuillerée. Mais à force de persévérance et avec le temps, ce légume qui, autrefois, nous était hostile et repoussant, a fini par être accepté dans nos assiettes, voire même jusqu'à en redemander. Ma mère se faisait un plaisir immense à préparer les cardons et sa recette favorite c'était en sauce blanche, viande et pois chiches. Il y avait cette autre version du plat, celle des cardons en sauce rouge bien épicée qui était aussi goûteuse.

LA RECETTE

Ingrédients **:** 2 kg de cardons (*kherchef*), 500 g de viande de mouton (épaule de préférence), 1 poignée de pois chiches (trempés la veille), 1 gros oignon, 1 œuf, 1 citron, 1 bouquet de persil frais, 1 c. à s. de beurre, 1 c. à c. de cannelle, sel/poivre

Pour la farce **:** 250 g de viande hachée, 1 petite tasse de riz étuvé, 1 petit oignon, 1 c. à c. de beurre, 1/2 bouquet de persil, sel/poivre, 1 c. à c. de cannelle.

Préparation **:** Dans un faitout, mettre la viande coupée en morceaux, ajouter l'oignon râpé, le beurre, le poivre noir, la cannelle et le sel. Couvrir d'un demi-verre d'eau et faire revenir pendant 10 minutes à feu vif. Couvrir à nouveau d'eau tiède, ajouter les pois chiches et laisser cuire pendant 45 minutes à couvert en diminuant le feu. Pendant ce temps, préparer la farce en mélangeant la viande hachée, le demi-bouquet de persil et le petit oignon émincé finement. Ajouter la cannelle, le sel, le poivre noir, le beurre, le riz et réserver.

Par H. Belkadi

Prendre les cardons, les débarrasser de leurs filaments. Choisir les parties les plus larges et les couper sur une longueur de 7 cm. Les laver à l'eau citronnée puis les faire blanchir pendant 20 minutes. Lorsqu'ils sont cuits, les égoutter et les laisser refroidir. Prendre 1 morceau de cardon, le remplir de viande hachée puis le couvrir d'un autre morceau et ficeler les deux parties. Recommencer l'opération jusqu'à épuisement des cardons. Placer délicatement les cardons farcis dans la sauce et laisser cuire à feu doux pendant 30 minutes environ. Pendant ce temps, casser l'œuf dans un bol, ajouter le demi-bouquet de persil haché, le jus de citron et quatre cuillerées à soupe de sauce de cuisson. Battre en omelette et la verser dans la sauce bouillante en un seul jet, puis éteindre le feu immédiatement. Servir parsemé de persil haché et arroser de quelques gouttes de jus de citron. ■