

DR 6–SM : Scénarios de santé mentale*

Cette activité d'apprentissage doit permettre aux élèves de mieux connaître les problèmes de santé mentale et certains de leurs signes et symptômes. Nous supposons ici que les enseignants ont déjà abordé ces sujets en classe et qu'ils utilisent cette activité d'apprentissage essentiellement aux fins de révision ou pour permettre aux élèves d'appliquer leurs connaissances.

Matériel requis

- Des feuillets présentant chacun un scénario différent de santé mentale (voir la page suivante)
- Les notes prises en classe
- Un livre traitant de la santé

Directives

Diviser la classe en groupes de trois ou quatre élèves. Demander à une personne de chaque groupe de prendre un feuillet présentant un scénario décrivant un cas précis de santé mentale. Informer les élèves que les groupes disposent d'environ dix minutes pour trouver le problème de santé mental décrit et pour répondre aux trois questions en expliquant leurs réponses :

1. Selon vous, de quel problème de santé mentale souffre la personne dont il est question dans ce scénario? Justifiez votre réponse (signes, symptômes et causes possibles du problème de santé mentale).
2. Quels conseils et quelle aide offririez-vous à cette personne? Expliquez votre réponse.
3. Quels seraient les professionnels de santé les plus aptes à aider cette personne? Expliquez votre réponse.

Lorsque les dix minutes sont écoulées, les groupes lisent tour à tour leur scénario au reste de la classe et présentent leurs réponses aux trois questions. Au cours du débat en classe, l'enseignant a la liberté d'introduire toute autre information importante jugée pertinente.

(suite)

* Source : Michelle Ballard, "Mental Health Scenarios", *PE Central: Health Lesson Ideas*. 2002. <www.pecentral.org/leconideas/ViewLesson.asp?ID=322>. Adapté avec la permission de PE Central (pecentral.org), le premier site Web à l'intention des professeurs d'éducation physique.

DR 6–SM : Scénarios de santé mentale (suite)

Scénarios de santé mentale

Voici quelques scénarios susceptibles d'évoquer un problème de santé mentale. Les enseignants sont encouragés à produire davantage de scénarios pour tout autre sujet lié à la santé mentale abordé en classe.

1. La mère de Suzanne est décédée il y a un an, mais Suzanne ne semble tout simplement pas capable de s'en remettre. Elle a encore de la difficulté à dormir la nuit et à se concentrer à l'école. La semaine dernière, je l'ai même surprise en train de pleurer dans les toilettes de l'école. Certains l'ont vue prendre des pilules.
2. Bernard est fraîchement diplômé du secondaire et fréquentera cette année une université locale. Bernard a toujours fait de l'exercice et s'est toujours entraîné à l'école. Il passe maintenant beaucoup de temps à s'entraîner aux poids au gymnase. Il a pris beaucoup de masse musculaire ces derniers temps et il ne parle toujours que d'entraînement et de son désir de prendre encore plus de masse musculaire. Il prend des suppléments, consomme des boissons protéinées et a commencé à prendre de la créatine (acide aminée). Lorsque je lui parle, il me donne presque l'impression de vouloir devenir le prochain « Superman ». Son état m'inquiète vraiment car il devient très facilement agité et en colère.
3. Jeanne est ma meilleure amie. Nous jouons ensemble au volleyball depuis la 7^e année. Je remarque que chaque hiver, Jeanne se coupe de ses amies et affiche toujours un air triste. À chaque hiver, j'ai l'impression que c'est de ma faute . . . que j'ai fait quelque chose qui l'a fâchée. Au printemps, elle revient lentement à son état « normal ».
4. Christophe a toujours peur d'attraper un rhume. En fait, il se lave les mains presque 20 fois par jour. Lorsqu'on l'interroge à ce sujet, il répond qu'il ne peut pas se permettre de tomber malade puis se lance dans une longue explication sur la multitude de microbes qui nous entourent. Christophe se lave parfois tellement les mains qu'elles en saignent.
5. Les parents de Catherine ont divorcé lorsqu'elle avait six ans. Depuis, elle passe une fin de semaine sur deux avec son père. Elle est maintenant au secondaire et ne veut plus aller chez son père à ce rythme-là. Elle veut travailler et passer davantage de temps avec ses amies d'école. Son père vit dans une autre partie de la ville très éloignée. Lorsqu'elle est chez lui, elle n'a pas grand chose à faire, et il est fumeur, ce qui la dérange, mais elle comprend aussi qu'il se sent seul et qu'il a besoin de son aide pour les travaux ménagers.

CLÉ DE CORRECTION

1. Problème de santé : **dépression**
2. Problème de santé : **dysmorphie musculaire**
3. Problème de santé : **trouble affectif saisonnier**
4. Problème de santé : **anxiété, trouble obsessionnel-compulsif**
5. Problème de santé : **stress**