

Séquelles invisibles apparaissant dans la scène 4 les difficultés de comportement

Bonjour, je suis Caroline la porte-parole du groupe de réflexion sur les difficultés comportementales.

Ce groupe était composé de Grégory, Marie-Pierre, Ahmed, Caroline, Pascal, Brigitte et Mohamed.

Nous voulions commencer par vous rappeler que lorsqu'il s'agit de comportement, chacun est unique.

Tout le monde va présenter des séquelles au niveau de son comportement et de ses émotions de manière différentes, cela dépendra d'une personne à l'autre.

Tout ce qui sera dit ne nous correspond donc pas à tous personnellement mais fait l'objet de la réflexion de groupe sur les séquelles comportementales.

Les séquelles de comportement vont varier en fonction de si on est proche ou éloigné de son accident ou encore de si on a eu un accident jeune ou adulte.

La manière dont on va trouver une solution face à ses difficultés sera aussi différente d'une personne à l'autre.

Toutes les difficultés illustrées dans cette saynète, n'existent pas forcément chez une seule et même personne. Il existe aussi des difficultés qu'on n'a pas eu l'occasion d'illustrer. Pour chaque comportement vu ici, il existe quasiment son contraire. Par exemple, ici on voit de l'impulsivité mais on peut souffrir aussi de manque d'initiative, ...

Comme chez tout le monde, notre comportement est étroitement lié à nos émotions et notre état de fatigue, de douleur, de sensibilité au bruit,... C'est en fonction de ce que l'on ressent que notre corps réagit. Il nous paraissait important de rappeler nos comportements « inadéquats ou exagérés » sont d'abord liés à nos émotions/notre fatigue/ notre état de douleur. Par exemple, si on se rend compte que l'une ou l'autre chose n'est plus possible comme avant, cela va nous frustrer et c'est là qu'on peut se mettre à s'énerver de manière exagérée.

Ou encore, si on rigole avec d'autres et que nos difficultés de compréhension font qu'on ne comprend pas un mot, le rire peut déborder et se transformer en fou rire incontrôlable. Enfin, si on a mal ou qu'on est fatigué, on peut vite s'énerver.

Nous voulions également dire que les difficultés de comportement sont involontaires et incontrôlables et sont souvent gênantes pour nous.

Pour mieux vous expliquer les comportements de la personne dans la saynète, nous avons choisi de les illustrer par des exemples de notre quotidien.

La Parole aux personnes cérébro-lésées
Explications des saynètes – Les difficultés de comportement

La personne dans la saynète présente de **l'impulsivité** : c'est-à-dire qu'elle semble plus cash, elle dit tout ce qu'elle pense. Cette impulsivité peut être verbale (dans les mots) ou cognitive (dans notre pensée, notre réaction, nos gestes).

Voici quelques exemples d'impulsivité dans notre vie quotidienne :

« Toute personne qui passe devant moi je l'interpelle. »

« J'ai tendance à râler vite, quand quelque chose m'emmerde, je me lève et je claque la porte. »

« Dès que j'ai une idée, je fais l'action. »

« J'ai tendance à crier trop vite. »

« Cela me demande de gros efforts que de me contrôler. »

Le personnage présente aussi **une difficulté pour se mettre à la place de l'autre**, elle est centrée sur elle-même.

En voici quelques exemples:

« Lorsque je vois des choses à la télévision, je raccroche tout à moi : mes craintes, mon passé, mon expérience. »

« Quand j'ai envie de faire une activité que le reste du groupe ne veut pas faire, je me retire du groupe ou j'arrive en retard. J'ai besoin de satisfaire mon besoin sans prendre en compte mon environnement. »

« Même lors de la préparation de la journée d'étude, il a été difficile de sortir de sa propre expérience pour faire un travail collectif. »

Enfin, vous pourriez vous dire en voyant la scène, que cette personne **manque de maturité**. C'est une impression que nous pouvons donner à nos proches ou aux autres que nous rencontrons. En voici, un exemple :

« Quand je suis en présence d'enfants, parfois c'est comme si je me mettais à leur niveau de maturité sans que je puisse avoir le contrôle. Je me ridiculise. »

Voici quelques solutions que nous avons pu trouver dans notre quotidien :

- Nous isoler.
- Nous donner le temps pour relativiser, souffler, prendre du recul.
- La présence de quelqu'un qui nous cadre pour nous rappeler notre impulsivité.
- Qu'on nous renvoie ce qu'on a dit pour qu'on se rende compte de ce que ça fait aux autres.
- Parfois, certains médicaments peuvent aussi nous aider à contrôler notre comportement.

Pour conclure, ce travail de mise en évidence de nos difficultés n'a pas été facile à faire. Cela signifiait pour nous, de reparler de ce qui ne va pas. Mais, le reconnaître et vous en parler est aussi une façon pour nous de vous sensibiliser à ces difficultés qui ne sont pas toujours visibles.