

Troubles Névrotiques

1. Définition et Caractéristiques

Les troubles névrotiques, également appelés **troubles anxieux**, sont des troubles psychologiques caractérisés par une tension émotionnelle intense, souvent liée à des préoccupations excessives, des peurs irrationnelles ou des comportements compulsifs. Contrairement aux troubles psychotiques (qui impliquent une perte de contact avec la réalité), les troubles névrotiques sont marqués par une préservation de la conscience et de la réalité. Les individus qui en souffrent sont souvent conscients de leurs symptômes, mais éprouvent une difficulté à les contrôler.

a. Les Caractéristiques des Troubles Névrotiques

Les troubles névrotiques sont caractérisés par :

1. **Anxiété excessive** : L'anxiété est une émotion centrale dans les troubles névrotiques, et elle se manifeste souvent sous forme de préoccupations incessantes ou de peurs irrationnelles. Cette anxiété peut affecter différents domaines de la vie quotidienne, rendant difficile la gestion du stress et des situations sociales ou professionnelles.
2. **Comportements compulsifs ou répétitifs** : Les individus peuvent ressentir le besoin de répéter certains comportements, tels que des vérifications constantes, des rituels de nettoyage ou des gestes compulsifs, afin de réduire l'anxiété ou de se rassurer.
3. **Intrusions mentales** : Les pensées intrusives ou obsessionnelles sont courantes, où l'individu peut être envahi par des idées récurrentes et non désirées qui provoquent une grande souffrance.
4. **Distorsion cognitive** : Les personnes souffrant de troubles névrotiques ont souvent une vision déformée de la réalité, amplifiant les menaces ou dangers perçus et minimisant leur capacité à y faire face.
5. **Absence de déconnexion avec la réalité** : Contrairement aux troubles psychotiques, les personnes névrotiques sont conscientes de la nature irrationnelle de leurs préoccupations et comportements, mais elles ont du mal à les contrôler.
6. **Mal-être général** : Ces troubles entraînent souvent une souffrance psychologique intense et une détérioration de la qualité de vie dans les aspects émotionnel, social et professionnel.

2. Types et Classifications des Troubles Névrotiques

Les troubles névrotiques comprennent plusieurs types de troubles, chacun présentant des symptômes et des manifestations uniques. Les classifications modernes s'appuient sur des critères bien définis qui permettent de poser un diagnostic précis. Voici les principaux types de troubles névrotiques :

a. Trouble Anxieux Généralisé (TAG)

Le **trouble anxieux généralisé (TAG)** est marqué par une anxiété excessive et persistante concernant divers événements de la vie quotidienne, souvent sans raison apparente. Les individus atteints de TAG s'inquiètent constamment de leur santé, de leurs relations, de leur travail ou de leurs finances, même lorsque les préoccupations sont sans fondement. Cette

anxiété peut être accompagnée de symptômes physiques tels que des tensions musculaires, des maux de tête et des troubles du sommeil.

b. Trouble Panique

Le **trouble panique** est caractérisé par des épisodes récurrents et imprévisibles de paniques intenses, appelées attaques de panique. Ces attaques surviennent souvent sans avertissement et peuvent être accompagnées de symptômes physiques forts comme des palpitations, des tremblements, des sueurs, des sensations de suffocation, ou une peur intense de mourir. Les personnes atteintes de ce trouble développent souvent une peur anticipatoire des attaques de panique, ce qui peut entraîner un évitement des situations où elles pourraient se produire.

c. Phobies

Les **phobies** sont des peurs irrationnelles et excessives d'objets, de situations ou d'animaux spécifiques. Elles peuvent être divisées en deux catégories principales :

1. **Phobies spécifiques** : Peur de certains objets ou situations (par exemple, araignées, hauteur, espaces clos).
2. **Phobie sociale** : Peur intense d'être jugé ou humilié en situation sociale, ce qui entraîne un évitement des interactions sociales ou une anxiété intense lorsqu'elles sont inévitables.

d. Trouble Obsessionnel-Compulsif (TOC)

Le **trouble obsessionnel-compulsif (TOC)** est caractérisé par la présence d'obsessions (pensées ou images intrusives et indésirables) qui génèrent une forte anxiété, ainsi que des compulsions (comportements ou actes mentaux répétitifs) accomplis pour réduire cette anxiété. Par exemple, une personne peut avoir l'obsession de la saleté ou des germes et sentir le besoin de se laver les mains de manière excessive pour éviter une contamination.

e. Trouble de Stress Post-Traumatique (TSPT)

Le **trouble de stress post-traumatique (TSPT)** survient après qu'une personne a vécu un événement traumatique, comme un accident, un viol, une guerre ou une catastrophe naturelle. Les symptômes incluent des flashbacks, des cauchemars, des pensées intrusives et un évitement des rappels du traumatisme. Bien qu'il soit souvent lié à des événements spécifiques, il peut également entraîner des symptômes anxieux et dépressifs de longue durée.

f. Hystérie ou Trouble de Conversion

L'**hystérie**, maintenant souvent désignée sous le nom de **trouble de conversion**, est caractérisée par la présence de symptômes physiques qui ne peuvent pas être expliqués par des causes médicales. Ces symptômes sont souvent liés à un stress ou à un traumatisme psychologique et peuvent inclure des paralysies, des troubles moteurs ou sensoriels. Ce trouble met en lumière le lien entre le corps et l'esprit, où des conflits émotionnels se manifestent physiquement.

3. Classifications des Troubles Névrotiques

a. DSM-5 (Manuel Diagnostique et Statistique des Troubles Mentaux)

Le DSM-5 classe les troubles névrotiques principalement sous la catégorie des **troubles anxieux** et des **troubles obsessionnels-compulsifs et apparentés**. Chaque trouble est défini par des critères diagnostiques précis, permettant aux professionnels de santé mentale de poser un diagnostic précis. Le DSM-5 est largement utilisé dans les pays occidentaux, particulièrement aux États-Unis.

b. CIM-11 (Classification Internationale des Maladies)

Dans la **CIM-11**, les troubles névrotiques sont classés sous la rubrique des **troubles anxieux** et **troubles liés à des facteurs de stress et des troubles somatoformes**. La CIM-11, utilisée mondialement, propose une approche plus inclusive et globalement standardisée, ce qui permet une reconnaissance des troubles sur une échelle internationale. Elle inclut des catégories similaires à celles du DSM-5, mais avec une organisation différente.

c. Autres Approches Classificatoires

Il existe également d'autres systèmes de classification des troubles névrotiques, souvent basés sur des approches théoriques différentes (psychanalytique, comportementale, cognitive), qui peuvent mettre l'accent sur des aspects spécifiques des symptômes et des traitements. Ces systèmes sont souvent utilisés dans des contextes thérapeutiques ou de recherche.

Conclusion

Les troubles névrotiques, bien qu'ils ne représentent pas une déconnexion complète de la réalité, ont un impact significatif sur la vie quotidienne des individus qui en souffrent. Ces troubles se manifestent par une anxiété excessive, des comportements compulsifs et des distorsions cognitives, affectant l'équilibre émotionnel et social. Leur classification dans des systèmes comme le DSM-5 et la CIM-11 permet de mieux comprendre, diagnostiquer et traiter ces troubles en s'appuyant sur des critères diagnostiques rigoureux. Cependant, il est crucial de prendre en compte les aspects individuels et culturels dans l'approche thérapeutique des troubles névrotiques.