

# Sans rancune

Je sentais le sang couler sur une de mes joues. Ça faisait mal et je ne savais même pas ce que j'avais fait pour mériter ce coup de poing. J'avais, à présent, très peur de la situation, mais je ne voulais pas le laisser s'en prendre à moi. Tue-le ! « Hein ? Quoi ? » J'avais entendu cette voix inconnue dans ma tête qui m'avait tout simplement dit de le tuer. BANG ! Léo m'avait encore frappé plus fort et c'est alors que je m'évanouis. J'étais à présent devenu inconscient.

Où suis-je ? Est-ce que je suis au paradis ? Certainement pas parce qu'un homme trapu se tenait au-dessus de moi. Ce n'était clairement pas un ange. Il me posa donc des questions :

- Bonjour, je m'appelle Docteur LeBlanc. Pouvez-vous me dire votre nom ?
- Murphy !

À ces mots, le docteur fut surpris, regarda son carnet et reposa sa question.

- Gabriel, j'ai dit.
- OK, bon, ça se peut que vous vous en souveniez pas du tout. Donc, suite au coup de poing de... votre camarade de classe... Léo, vous vous êtes évanouis. Mais rassurez-vous, ce n'est rien de grave.

Une fois revenu à la maison, j'ai jeté mes affaires sur le comptoir, sans faire attention au vase de ma mère. Il tomba et se brisa en mille morceaux. Je sentais une colère s'emparer de moi, que c'est alors que je m'en suis pris à ma pauvre mère perplexe. Elle m'avait demandé de me calmer. Je n'avais aucunement l'intention de lui faire du mal, mais c'était plus fort que moi. Je ressentais en moi une émotion vive de colère, d'irritabilité et de rage. « Ce n'est tellement pas ton genre », pleura ma mère.

Aujourd'hui, je me sentais mieux, je me suis excusé plusieurs fois à ma mère, même si je ne me souvenais pas vraiment de ce qui s'était passé. Je suis retourné à l'école et dès mon arrivée, j'ai vu, au loin, Léo et ses amis.

- Qu'est-ce que tu veux, Léo ?
- Je ne veux pas te faire de mal, Gabriel, je veux seulement la réponse à ma question. Est-ce que c'est vrai que ton père a fait de la prison ? dit-il avec un air arrogant et condescendant.

*Quoi ?* Cette fois, je ne me laisserai pas parler comme cela. Certainement pas une deuxième fois. Au contraire, une rage montait en moi... Ça y est, j'ai sauté sur Léo. Il n'eut pas le temps de se défendre... une droite, une gauche, je l'envoyai au tapis. Mes camarades de classe l'entourèrent, alors qu'il gisait au sol, abasourdi et saignant du nez. Quelques minutes passèrent et j'entendis la voix du directeur qui m'appelait. Et ma mère... ma mère ? Ma mère était déjà là ! Comme si par magie, elle avait deviné que quelque chose de grave arrivait ! Le directeur me fit entrer dans son bureau. Je vis le visage triste et déçu de ma mère. « Encore ? » J'affichai un air piteux, baissant les yeux devant son regard foudroyant.

Je n'en croyais pas mes yeux, j'avais un trouble dissociatif d'identité. Ma mère m'avait conduit chez le psychiatre, afin de me faire aider. Suite au diagnostic, j'ai alors compris que j'avais bel et bien un problème mental ! Le psychiatre décrivit le mal que j'avais avec des

termes savants, toutefois, je réalisai que j'avais plusieurs personnalités qui se manifestaient, tour à tour, lorsqu'un déclenchement émotif actionnait ce mécanisme en moi.

La nouvelle eut l'effet d'une onde de choc sur moi et de retour à la maison, je m'enfermai dans ma chambre et tournai en rond jusqu'à l'épuisement. Je compris, lors de mon rendez-vous chez le psychiatre, que moi, Gabriel, avais deux autres personnalités qui se manifestaient tour à tour : Eddy et Murphy. Cela se produisait surtout, lorsque je ne me sentais pas bien ; lorsque j'avais peur, que j'étais triste ou que j'étais en détresse émotive. C'était comme si je n'avais plus le contrôle de mon corps. Je savais maintenant pourquoi quelques fois je me retrouvais dans des situations inexplicables, puisque quand je me « réveillais » je ne comprenais pas les raisons pour lesquelles les gens étaient si fâchés ou confus, à mon égard.

De mon côté, tout était vague et je ne me souvenais que des impressions de ce que les deux autres personnalités avaient fait ou dit. En d'autres mots, j'avais deux personnalités totalement différentes qui me connaissaient depuis très longtemps : l'une était douce et calme et l'autre totalement protectrice et très tenace. Chacune d'elles pouvait prendre place en mon corps, surtout lorsqu'elles sentaient que j'étais en danger.

Soudainement, on cogna à la porte de ma chambre et je sursautai. On aurait dit qu'à chaque fois que quelqu'un cognait à la porte, l'angoisse et la peur s'emparaient de moi. Cette vague de terreur qui m'envahissait, tout d'un coup, comme si j'allais mourir d'une minute à l'autre... c'était plus fort que moi. Chaque fois, je revoyais mon père cogner à la porte pour... ah ! c'était trop atroce... Son visage rouge de colère, poing levé...

Mais cette fois-ci c'était ma mère, quel soulagement. Elle m'avait demandé de descendre à la cuisine et, lorsque je suis arrivée, je vis... mon père ? Mon cœur se mit à battre très fort, respiration haletante, pupilles dilatées, la totale quoi ! Crise de panique ! Ça y est, j'allais mourir ! Du moins c'est ce que je ressentais. Que faisait-il là, ce monstre ?

Maman me fit asseoir avant que je ne perde connaissance... La tête me tournait, je voulais vomir ou m'enfuir. Que voulait-il ? Maman me dit : « Ton père est venu te voir, car il a des choses à te dire. Il a passé plusieurs années loin de nous et a fait de la prison et une longue thérapie. Il veut se racheter et recommencer à neuf avec nous tous. Es-tu prêt à écouter ce qu'il a à te dire ? Je te demande seulement de l'écouter. Ensuite, tu pourras penser à ce que tu veux faire. Tu pourras accepter ou refuser ses excuses. »

Mon père me parla, toutefois je ne reconnaissais pas très bien son visage. Cela faisait tellement longtemps. Qui était cet homme ? Était-ce vraiment celui qui m'avait terrorisé toute mon enfance ? Soudainement, sans crier gare, ma personnalité changea. Je sentis la transition arriver. Eddy remontait à la surface. Eddy n'était pas content. Il demanda gentiment à « l'homme » de partir. Puis arriva Murphy. Il cria, furieusement « Je ne veux pas de toi, Léon ! Tu es horrible comme père ! Pourquoi reviendrais-tu dans notre vie alors tu es parti pour de bon il y a longtemps, et que tu battais ta propre famille ? » L'homme parti. « C'est quand même ton père ! », n'oublie jamais cela, ma mère me dit.

Cette nuit-là, je fis un rêve désagréable : j'étais dans la forêt et un lion m'attaqua de nulle part. Il était en colère, il me faisait mal et me griffait partout. Une pelle est apparue près de moi et j'ai décidé de le frapper jusqu'à la mort. Je me suis finalement réveillé, en sursautant

par les lumières que ma mère venait d'allumer. Je pensais que c'était les lumières des phares d'une voiture de police...

Le lendemain, en retournant à l'école, je vis Léo m'approcher. Il me disait des bêtises. J'ai essayé de contenir la colère qui montait peu à peu en moi.. Sortie de nulle part, une fille prit ma défense et me demanda si j'étais OK. Je tombai amoureux d'elle immédiatement. Le coup de foudre quoi ! Son nom était Sasha.

Sasha et moi sommes devenus très proches et cela m'apaisait. Murphy et Eddy intervenaient moins souvent, sachant que j'étais stable mentalement et heureux. J'ai demandé à Sasha de sortir avec moi et elle a accepté. C'était à la fois, excitant et palpitant et tout semblait beau et nouveau.

Le jour de notre première sortie officielle, j'étais fébrile. Lorsque je la vis marcher vers moi, je la trouvai si jolie. Tout allait bien jusqu'au moment où je vis le même homme qui était venu chez moi. Mon père ! Soudainement, Murphy se manifesta. Mon visage changea complètement, puisque Murphy était aux commandes. Sasha, de son côté, me regardait avec surprise ne sachant pas ce qui se passait. Elle nageait dans l'incompréhension et prit peur.

- Que fais-tu ici, Léon ? dit Murphy

Léon, mon père, confus, ne savait pas comment réagir.

- Je suis simplement venu ici pour admirer le centre-ville, n'en fais pas un drame, Léon répliqua. Tu ne devrais pas apeurer ta copine parce que tu as un trouble de la personnalité multiple, ou quelque chose comme cela. Je parie qu'elle ne savait même pas ça...

Ce fut la mèche qui fit exploser Murphy de rage. Il se jeta rapidement sur son père et lui asséna des coups de poing. Il était si furieux, qu'il devint possédé par cette entité qui le rendit violent et oublia Sasha. Ne pouvant plus assister à ce spectacle horrible, elle s'enfuit.

Quelques jours après cet incident, étant redevenu moi-même, j'ai commencé à sombrer dans la détresse, car tout allait mal : j'ai commencé à haïr mon père, car il m'avait humilié devant elle. Sasha, cette amie si précieuse, était tellement traumatisée qu'elle n'est jamais revenue. C'est pourquoi je me suis mis à consommer beaucoup d'alcool. Eddy ne voulait plus souffrir comme ça et Murphy eut une idée machiavélique pour faire payer mon père.

Ce soir-là, je suis allé retrouver mon père qui n'allait pas bien et je lui ai expliqué que l'incident était un malentendu. Je me suis excusé des millions de fois et cela a porté fruit. Il a cru à mon histoire. Je lui ai proposé d'aller prendre une marche, dans le boisé, à la tombée du jour, tout près de la maison. Nous avons marché longtemps, et je lui ai montré mon coin préféré. Il le contempla avec émerveillement, quand soudainement il s'est effondré. Murphy l'avait frappé avec une pelle. Il avait soudainement monté du plus profond de mon être pour s'exprimer de cette façon horrible. La pelle utilisée était tachée de sang et mon coin préféré était maintenant devenu mon coin meurtrier. Les lumières de la voiture de police m'aveuglèrent et me firent reprendre mes esprits. Je réalisais avec horreur que mon père gisait à terre dans un bain de sang, le front fracturé. Je commençais à paniquer en réalisant que Murphy avait frappé Léon et que, j'avais tué mon père...

# Section Explicative

Pour commencer, les troubles psychologiques sont des troubles qui atteignent une personne par son passé douloureux ou choquant, une situation traumatisante, ou des influences qui viennent caractériser notre trouble. Les personnes touchées vont porter à croire et voir un tout autre monde, loin de la réalité et même perdre un sens à cette réalité. Plus précisément, ces personnes réagiront d'une manière atypique, qui va sembler vraiment anormal et bizarre pour plusieurs. Cette façon d'agir s'influence de par un sentiment de détresse ou une dégradation fonctionnelle, associés à un dysfonctionnement psychologique.<sup>1</sup> Nous pouvons alors accepter le fait que Gaby souffre bel et bien d'un trouble puisqu'il possède une détresse émotionnelle, influencée par son passé pénible, qui l'empêche de vivre adéquatement et normalement dans son quotidien, comme la grande majorité des gens.<sup>2</sup>

Le trouble psychologique, dont souffre Gabriel, s'appelle le trouble dissociatif de l'identité ou plus communément appelé, trouble de la personnalité multiple. Ce trouble est caractérisé par la présence d'une ou plusieurs personnalités qui prennent chacune, une à une, le comportement de la personne. Il est aussi accentué par un échec de l'intégration de la personnalité, soit la mémoire, l'émotion et la conscience. « Chaque identité a sa propre façon de se comporter et de percevoir son environnement physique et social.<sup>3</sup> » En d'autres mots, ces personnalités jouent le rôle de personnages totalement différents de l'hôte. Elles sont toutes différentes, tant dans leur comportement, leurs pensées, leurs façons d'agir et leurs émotions, etc.

Donc, puisque Gabriel souffre de ce trouble dissociatif, il a la présence d'identités, plus précisément, deux identités totalement différentes : Eddy et Murphy. Eddy a une personnalité plutôt calme, gentille et douce, tandis que Murphy est totalement opposé. Il est direct, froid et protecteur.

Même si ces personnalités « vivent dans la tête » de son hôte, les personnalités sont souvent ignorantes l'une envers l'autre, c'est-à-dire, qu'elles ne se soucient pas vraiment de ce que fait l'autre. De plus, puisqu'une personnalité peut souvent prendre possession de l'hôte pendant longtemps, cela provoque un trou de mémoire pour l'hôte qui ne se rappellera de rien. Elle aura un trou de mémoire profond, tandis que les personnalités se rappelleront de chaque mouvements et actions commises.<sup>4</sup>

Dans le cas de Gabriel, les personnalités se soucient un peu de l'autre. C'est le cas lorsque Eddy souhaite la fin de leur souffrance, ce qui donne l'idée à Murphy de tuer leur père: Murphy s'inquiète pour Eddy et même Gaby. Et il est aussi possible de voir que ses personnalités surviennent surtout lorsque Gaby n'est pas mentalement stable et correct.

Le trouble psychologique de Gaby est principalement influencé par son stresser initial, soit son père, qui lui a causé une enfance très désagréable et pénible. Son père, Léon, le battait souvent et lui causait souvent des problèmes, causant, par la suite, un traumatisme

---

<sup>1</sup> Guy PARENT, Pierre CLOUTIER, *Initiation à la psychologie, 3e édition*, Montréal, Chenelière Éducation, 2021, p. 340.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 341

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 354.

<sup>4</sup> *Ibid.*, p. 355.

tellement difficile à porter pour le reste de sa vie. On pourrait donc parler d'un stresser absolu, celui qui cause chez une personne la même réaction chez une autre. C'est le cas aussi de catastrophes naturelles, qui suscite, chez la plupart des gens, des réactions d'angoisses et de stress.<sup>5</sup>

Les stressers sont décortiqués par quatre catégories: menaçante, imprévisible, nouvelle et incontrôlable. Dans ce cas, le stresser est donc menaçant, le père de Gaby, Léon, car il représente, entre autres, une menace pour Gaby, tant du côté physique que psychologique.<sup>6</sup> Gaby et ses personnalités ressentent la peur lorsque Léon est proche. Ils craignent que leur père leur fasse du mal physiquement, comme le battre à coups de poings et de pied. Ils craignent aussi sur le côté physiologique, soit verbalement ou par une dévalorisation de l'image que Gaby a de lui-même<sup>7</sup>, comme lorsque son père l'humilie devant Sasha, le jour où lui et Sasha vont à leur première sortie.

Pour ce qui est de la gestion de ce stresser, Murphy décide de tuer son père, donc d'éliminer son stresser, comme solution. Il est vrai qu'une des stratégies pour gérer un stresser est de l'éviter, mais pas tout le temps, comme si quelqu'un de stressant pour une personne la stresse trop, elle peut décider de refuser, afin d'éliminer son stresser.<sup>8</sup> Mais, dans la plupart des cas, cette élimination devrait être rationnelle et socialement acceptable, ce qui n'est, bien évidemment, pas le cas pour Murphy, qui agit de façon très violente et meurtrière.

Encore en lien avec son père, Gaby ressent de la peur lorsque quelqu'un cogne à sa porte de chambre. Il sursaute, devient automatiquement peureux, même terrorisé et cela le stress énormément, mais en voyant que c'est seulement sa mère, la fois où il s'est enfermé dans sa chambre, il se calme. Cette terreur provient du fait que lorsqu'il était petit, à chaque fois que quelqu'un cognait à sa porte de chambre, il savait que c'était son père et que c'était l'heure atroce à laquelle il se faisait battre et maltraiter.

Pour Antonio Damasio, il accorde le fait que cette émotion de peur survient par l'appel de deux circuits, un lent et un rapide. Ces circuits provoquent donc des sensations corporelles associées à des marqueurs somatiques, soit des signaux physiologiques d'un événement très marquant, donnant une forte émotion.<sup>9</sup> En d'autres termes, ce sont les marqueurs somatiques qui produisent une réponse chez l'individu, généralement la peur, d'où la peur chez Gaby lorsqu'il entend frapper à sa porte de chambre, et ce chaque fois que cela arrive.

Cette réponse physiologique à cette peur peut aussi être expliquée par le conditionnement classique, soit un apprentissage qui s'effectue lorsque la personne réagit en adoptant un comportement qui ne faisait pas auparavant. Il associe donc sa réponse avec un stimulant.<sup>10</sup> Avant le conditionnement, Gaby entendait quelqu'un cogner à sa porte sans vraiment avoir de réaction, c'était donc un stimulus neutre, soit un stimulus de départ qui ne provoque aucune réponse de l'individu, qui ne veut rien dire à personne. Chaque fois que quelqu'un cognait à la porte, c'était son père qui venait lui faire mal, c'est donc un stimulus inconditionnel, un stimulus dans lequel tous auront la même réaction, soit de se faire battre.

---

<sup>5</sup> *Ibid.*, p.314.

<sup>6</sup> *Id.*

<sup>7</sup> *Ibid.*, p. 315.

<sup>8</sup> *Ibid.*, p. 330.

<sup>9</sup> *Ibid.*, p. 300.

<sup>10</sup> *Ibid.*, p. 159.

Et cette réaction qui est de ressentir la peur et le stress et de sursauter, chaque fois que cela se produit, devient la réponse inconditionnelle.<sup>11</sup>

Pendant le conditionnement, après avoir souvent vécu le même scénario, Gaby a commencé à associer les frappements de porte, le stimulus neutre, avec son père maltraitant, le stimulus inconditionnel. Et cela provoque toujours la même réponse inconditionnelle, soit la peur, l'angoisse et le fait de sursauter.

Après le conditionnement, les frappements de sa porte de chambre sont maintenant rendus un stimulus conditionné, provoquant une réponse conditionnée, toujours les mêmes: la peur, l'angoisse et le sursaut, chaque fois que quelqu'un cogne à sa porte de chambre.

Dans cette histoire, Gaby ressent encore du stress relié à son père. Lorsque Gaby revoit son père après de très longues années, il ne se rappelle pas vraiment de lui. En fait, il reconnaît très vaguement son visage qui lui semble pourtant familier. C'est donc du refoulement que Gaby, plus précisément son inconscient, met en place (sans le savoir). « Le refoulement consiste à reléguer dans l'inconscient un souvenir pénible, traumatisant, angoissant ou menaçant. En d'autres mots, son système va le placer profondément dans son inconscient et il oubliera la partie la plus traumatisante de cet événement.<sup>12</sup> Le refoulement fait donc partie de ce qu'on appelle un mécanisme de défense, un processus qui a comme but de diminuer l'angoisse parce que la réalité est trop exigeante pour l'individu qui a du mal à s'adapter. Il existe neuf mécanismes principaux qui sont mis de l'avant par le « Moi », car le « Ça » et le « Surmoi » sont en opposition.<sup>13</sup> Et donc, c'est pour ça que Gaby ne se souvient pas vraiment de son père lorsqu'il le revoit depuis longtemps.

Compte tenu de ce qui précède, même si Gaby ne se souvient plus vraiment de Léon, il devient très stressé, car ses personnalités, elles, s'en souviennent très bien. Et donc, ce stress, s'accroît par le système nerveux sympathique, car l'idée de revoir son père est très stressante pour lui, bien sûr. « Le stress contribue à une réponse d'adaptation et correspond à la mise en branle de deux chaînes de réactions activées conjointement: la première, par le système nerveux sympathique (SNS), et la seconde, par l'hypothalamus et l'hypophyse.<sup>14</sup> » Dans le cas de Gaby, son stress accru provoque une augmentation des réactions mise en branle par le premier circuit, celui actionné par le SNS.

Premièrement, le SNS stimule les glandes surrénales, afin de provoquer la sécrétion d'hormones, l'adrénaline, et deuxièmement, il y a la libération de cette hormone dans le sang, qui contribue à déclencher les réactions activées par le SNS.<sup>15</sup> Pour Gaby, son SNS a déclenché trois réactions, une augmentation de son rythme cardiaque, d'une respiration haletante et ses pupilles devenues dilatées.

Gaby fait un rêve qui le tourmente beaucoup, car il est en lien avec le plan machiavélique de Murphy, à la fin, et de son père, encore une fois. Selon Freud, le rêve est le meilleur moyen pour parler de ce qui se cache dans notre inconscient, même si son contenu manifeste, ce dont la personne se souvient de son rêve, n'est pas toujours facile à se souvenir. La plupart

---

<sup>11</sup> *Ibid.*, p. 160.

<sup>12</sup> Audrey, GARNEAU-ANGERS, *Initiation à la psychologie: Cahier de notes et d'activités*, Victoriaville, Cégep de Victoriaville, 2021, p. 22.

<sup>13</sup> *Ibid.*, p.21.

<sup>14</sup> Guy PARENT, Pierre CLOUTIER, *Op. cit.*, p. 308.

<sup>15</sup> *Ibid.*, p. 309.

du temps, les événements trop pénibles et angoissants seront censurés par le « Moi », et à la place seront décrits par une symbolique ou le contenu latent.<sup>16</sup> Donc, dans son rêve, Gaby voit un lion qui commence à le blesser et lui faire mal. La symbolique qui demeure le lion représente, en fait, son père qui, lui aussi, lui a fait beaucoup de mal, durant son enfance. Sa symbolique est venue apaiser cette idée angoissante pour Gaby.

De plus, vers la fin de son rêve, Gaby décide de tuer le lion pour, finalement, avoir la paix, il le fait avec une pelle et tout d'un coup, se réveille par les lumières de sa chambre. D'un côté, une partie de son rêve peut s'expliquer par les explications de Freud, et de l'autre côté, « sous l'angle biologique, dans lequel le rêve est en lien avec des stimulations réelles internes ou externes, captées par le cerveau, lorsque la personne dort.<sup>17</sup> » Dans le cas de Gaby, lorsqu'il se réveilla, il venait de rêver de voir les lumières de phares d'une voiture de police, mais en réalité, il s'est réveillé par les lumières de sa chambre, allumées par sa mère.

Pour Gaby, les émotions font partie de sa personnalité, surtout pour Murphy, qui éprouve, la plupart du temps, des émotions négatives, comme la colère. C'est le cas lorsque Gabriel revient de l'hôpital et pique une crise de colère à sa pauvre mère qui ne sait aucunement la provenance de cette forte émotion. En fait, l'émotion se manifeste à un temps précis et est influencée par une situation qui provoque une activation physiologique de la personne. C'est un état affectif qui a des sensations agréables ou désagréables.<sup>18</sup> Pour Gaby, son émotion est survenue sur le coup et a été causée, entre autres, par son camarade de classe, Léon, qui s'amuse souvent à l'énervé. Cette situation est assez choquante pour Murphy et c'est pour ça qu'il ne s'empêche pas de le faire montrer aux autres.

De plus, selon le modèle de base de Plutchik, les émotions utilisées sont basées sur les aspects positifs et négatifs, initialement établis par Tomkins.<sup>19</sup> Il classe donc huit émotions qu'il juge « les plus importantes », car ce sont, ce qu'il appelle, les émotions primaires. Elles sont disposées de façon à ce que les émotions qui sont placées de part de d'autres du cercle, soient contraires, comme la joie et la tristesse.<sup>20</sup> Pour Murphy, la colère s'opposerait à la peur, selon ce modèle.

« Selon la psychologue Magda B. Arnold, une émotion implique l'évaluation cognitive de la situation qui l'a déclenchée.<sup>21</sup> » C'est-à-dire, lorsqu'un individu rencontre une certaine situation, celui-ci jugera cette situation comme bonne ou mauvaise, selon sa perception et selon les expériences passées. Du coup, ce dernier aura une légère ou grande peur. C'est pourquoi une même situation ne provoquera pas toujours la même réaction, pour une même personne ou chez chacun. Par exemple, si une personne voit quelque chose qu'elle juge mauvais, elle aura automatiquement peur. C'est un processus qui s'effectue surtout « de façon intuitive, directe, immédiate et automatique, sans devoir faire appel à un raisonnement conscient.<sup>22</sup> » Dans le cas de Gaby, l'émotion qu'il a ressentie implique une évaluation

---

<sup>16</sup> Audrey, GARNEAU-ANGERS, *Op. cit.*, p. 30.

<sup>17</sup> *Ibid.*, p. 68.

<sup>18</sup> Guy PARENT, Pierre CLOUTIER, *Op. cit.*, p. 281.

<sup>19</sup> *Ibid.*, p. 284.

<sup>20</sup> *Ibid.*, p. 285.

<sup>21</sup> *Ibid.*, p. 296.

<sup>22</sup> *Ibid.*, p. 297.

cognitive de la situation. Lorsqu'il se faisait battre par Léo, il a donc évalué et jugé cette situation comme mauvaise, car cela lui a fait rappeler les fois qu'il se faisait battre par son père. Et donc, c'est son passé qui l'a beaucoup influencé et marqué. Il est donc vrai que Gaby a déjà vécu ce même genre de scénario. C'est pour cette raison qu'il a éprouvé une grande peur, lors de cet événement, à l'école.

L'inconscient de Gaby déclenche un autre mécanisme de défense, soit le déplacement. Lorsque Gaby rentre à la maison, avec sa mère, il se met en colère contre elle, sans raison adéquate. Il refoule donc sa colère sur sa pauvre mère, innocente, incompréhensible à la situation. C'est pourquoi le déplacement n'est pas vraiment quelque chose de socialement acceptable, car « il consiste à reporter une réaction sur un objet autre que celui vers lequel elle aurait dû, naturellement, se porter.<sup>23</sup> » Donc, c'est se défouler sur quelqu'un ou quelque chose qui ne le mérite pas. Ce qu'il aurait été un peu plus « normal », c'est le fait que Gaby aurait dû plutôt s'en prendre à Léo, qui a, initialement, provoqué cette colère, au lieu de s'en prendre à sa mère.

Sur une note plus joyeuse, Gaby ressent de la joie et de la fébrilité (pour une fois), à l'idée de sortir avec Sasha, pour la première fois. Cependant, cette joie se mélange avec du stress et de l'angoisse, car ce sera la première fois que Gaby vivra cette expérience. Cette première sortie (amoureuse) représente un nouveau stresser, car la situation n'a jamais été rencontrée par Gaby.<sup>24</sup> Au contraire, pour d'autres qui ont déjà vécu la situation d'une première sortie seront moins stressés que Gaby. Cela peut aussi faire un parallèle avec ce qu'on appelle un stresser relatif, un stresser qui ne provoque pas la même réaction pour chaque individu, car leurs interprétations sont toutes différentes les unes, les autres.<sup>25</sup> Ceux qui ont déjà vécu ce genre de situation provoquera une certaine angoisse et stress pour telle personne, et pour d'autres, « c'est un jeu d'enfant. ».

Sa réaction de peur provoquée, lors de son premier rendez-vous avec Gaby, peut être expliquée par le double circuit de Ledoux. Selon ce dernier, la peur a deux circuits, un court et un long, qui arrivent simultanément. Le circuit court commence par l'envoi de l'influx nerveux, qui donne l'information sur la situation provoquant la peur, par le thalamus jusqu'à l'amygdale. Cette dernière continue l'envoi jusqu'à l'hypothalamus, celui qui décidera de mettre tout de suite en branle les réactions physiologiques de peur.<sup>26</sup> C'est pour cela que Sasha prit peur très rapidement, lorsqu'elle vit la scène violente entre Gaby et son père.

Dans le circuit long, le trajet commence aussi par le thalamus, l'envoi de l'influx nerveux, mais cette fois-ci, au cortex. Le cortex fera une évaluation de la situation et décidera de soit amplifier, freiner ou maintenir l'activation et va le dire à l'amygdale. Dans le cas de Sasha, son cortex a décidé d'amplifier l'émotion de peur. Ensuite, comme d'habitude, l'amygdale va donner l'information reçue par le cortex à l'hypothalamus, qui lui va mettre en place les réactions physiologiques de peur.<sup>27</sup> Cela a fait en sorte que le cortex de Sasha a perçu la

---

<sup>23</sup> Audrey, GARNEAU-ANGERS, *Op. cit.*, p. 24.

<sup>24</sup> Guy PARENT, Pierre CLOUTIER, *Op. cit.*, p. 316.

<sup>25</sup> *Ibid.*, p. 314.

<sup>26</sup> *Ibid.*, p. 298.

<sup>27</sup> *Ibid.*, p. 299.



scène si intensément qu'il a amplifié son émotion de peur, lui permettant d'avoir comme réaction, une peur plus grande et la fuite.

De plus, sa peur peut aussi être expliquée par les composantes de l'émotion qui se divisent en quatre sections: la composante situationnelle, affective, cognitive et corporelle.<sup>28</sup>

La première est la composante situationnelle, celle qui déclenche l'émotion, « soit au moment même où elle survient ou lorsqu'on se la rappelle.<sup>29</sup> » Elle permet aussi de différencier l'émotion et le sentiment. Dans ce cas, la situation qui déclenche l'émotion de peur de Sasha est la bataille violente entre Gaby et son père, Léon. C'est le point de départ. La deuxième composante est la composante affective, « soit l'expérience émotionnelle, vécue et ressentie par un individu.<sup>30</sup> » Sasha est en train de vivre une émotion de peur qui demeure une sensation désagréable pour elle, car c'est une émotion dite négative.

La troisième composante est la composante cognitive, celle où elle donne une perception différente chez chacun d'entre nous, donc donne une émotion différente pour chacun. En d'autres mots, on ne réagira pas tous de la même façon, car chaque personne juge différemment de la situation donnée. Elle est donc influencée par son passé, son environnement, ses expériences antérieures...<sup>31</sup> Donc, pour Sasha, puisque c'est la première fois qu'elle a assisté à cet événement, elle prit peur, car elle était surprise et choquée, sur le coup.

La dernière composante est la composante corporelle, celle qui englobe l'ensemble des réactions corporelles, soit somatiques ou physiologiques et viscérales. Dans le cas de Sasha, ses réactions corporelles sont en lien avec celles des réactions somatiques, soit celles qui « mettent en jeu les muscles du visage et de l'ensemble du corps et contribuent à l'expression non verbale des émotions.<sup>32</sup> » Le fait de fuir et d'avoir encore plus peur accentue le fait que les réactions somatiques actionnent l'ensemble du corps et celui du visage, où elle exprime un visage de peur, de frayeur, par exemple.

Une des phases déprimantes de Gaby demeure celle où il se tourne vers l'alcool, afin d'apaiser ses souffrances, car tout va mal pour lui, à un moment précis de son histoire. Il est en colère contre son père, Sasha l'a quitté, il était souvent triste... L'alcool est considéré comme un psychotrope, qui demeure souvent une substance néfaste, englobant la majorité des drogues, par exemple et qui modifie, ralentit, accélère l'état de conscience, les émotions, l'humeur, le comportement et le système nerveux d'une personne. Plus précisément, l'alcool fait partie de la catégorie des déprimeurs, puisqu'il ralentit les activités dans le système nerveux central. D'un côté, cela peut aider pour se relaxer et dormir, mais d'un autre côté, il diminue la motricité et le cognitif d'une personne.<sup>33</sup>

Finalement, à la fin de l'histoire, Murphy a tué son père en le frappant brutalement avec une pelle, ce qui a ouvert et profondément fracturé son front. Puisque les lobes frontaux se situent tous à l'avant du cerveau, il est clair qu'ils ont gravement été endommagés et touchés. Le cerveau, en fait, est constitué de 4 hémisphères cérébraux, soit les lobes

---

<sup>28</sup> *Ibid.*, p. 282.

<sup>29</sup> *Id.*

<sup>30</sup> *Id.*

<sup>31</sup> *Id.*

<sup>32</sup> *Ibid.*, p. 283.

<sup>33</sup> *Ibid.*, p. 146.

frontaux, les lobes temporaux, les lobes pariétaux et les lobes occipitaux, tous doublés, un de chaque hémisphère, de chaque côté.<sup>34</sup> Donc, en ayant touché brutalement l'avant du cerveau, soit les lobes frontaux, la motricité et les fonctions cognitives supérieures seront à leur tour endommagés, pouvant résulter la perte de ces deux fonctions.<sup>35</sup> Murphy s'est assuré, ce soir-là, de frapper son front, sachant que ses lobes frontaux seraient gravement atteints. Il avait pour but de l'empêcher de bouger à tout jamais, pour ne plus qu'il lui fasse mal.

## Médiagraphie

Audrey, GARNEAU-ANGERS, *Initiation à la psychologie: Cahier de notes et d'activités*, Victoriaville, Cégep de Victoriaville, 2021, 175 pages.

Guy PARENT, Pierre CLOUTIER, *Initiation à la psychologie, 3e édition*, Montréal, Chenelière Éducation, 2017, 426 pages.

---

<sup>34</sup> *Ibid.*, p. 59.

<sup>35</sup> *Ibid.*, p. 60.