

Andy, 25 ans (phobie sociale)

d'après R. Spitzer, *Etudes de cas*, Paris, Masson, 2008.

Andy, un jeune homme célibataire de 25 ans, vit avec sa mère et son frère. Il est préposé au tri à La Poste, un emploi qu'il occupe depuis qu'il a abandonné ses études, au bout de deux ans d'université. Il dit que pour l'instant « il se laisse porter par les événements » mais qu'il veut « vivre une vie normale et retourner à l'université ».

À l'adolescence et au début de l'âge adulte, Andy n'avait pas d'amis proches et d'une manière générale préférait être seul. Quand il a intégré l'université, il a bâti plusieurs amitiés proches mais est devenu « super mal à l'aise » quand il devait parler à des inconnus, des camarades de classe et même parfois à des amis. Il se sentait nerveux, le visage si tendu qu'il avait du mal à parler. Il avait un « bourdonnement » dans la tête, avait l'impression d'être « en dehors de son corps », avait des bouffées de chaleurs et transpirait. Ces « attaques de panique », selon ses propres termes, survenaient soudainement, en quelques secondes et seulement en présence d'autres personnes. Quand un camarade de classe s'adressait à lui, il lui arrivait parfois de « ne pas pouvoir entendre » ce qu'il lui disait à cause de sa nervosité.

En dehors des cours, Andy a commencé à se sentir de plus en plus mal à l'aise en société. « Je crois que j'avais peur de dire ou faire quelque chose de stupide ». Il s'est mis à refuser les invitations à des soirées et à abandonner ses autres activités sociales (par exemple le club de bowling). Pour finir, il a abandonné l'université complètement.

Andy explique que la raison pour laquelle il a choisi de travailler à La Poste est que son travail ne requiert pas de contact avec les gens. Interrogé sur les autres situations qui le rendent nerveux, il dit qu'il essaie d'éviter d'aller aux toilettes publiques où il se sent moins mal à l'aise si l'éclairage est faible, s'il y a peu de monde et s'il peut se servir de toilettes fermées plutôt que d'un urinoir.

Andy a deux « meilleurs amis de toujours » avec qui il sort régulièrement et se sent complètement à l'aise. Toutefois, il n'est pas sorti avec une fille depuis l'université et il évite totalement les situations avec du monde comme les mariages ou les soirées dansantes. Il n'a aucun problème envers l'autorité, les remarques constructives de la part de son supérieur à La Poste sont même les bienvenues. « C'est la nervosité mon problème, pas l'obstination »