

Léon, 45 ans (dépression, phobie sociale)

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

Léon, un employé de la Poste de 45 ans, a été reçu en consultation dans une clinique spécialisée dans le traitement de la dépression. Il prétend s'être senti déprimé en permanence depuis sa première année d'école primaire sans aucune période d'humeur « normale » de plus de quelques jours de suite. Sa dépression a été accompagnée de léthargie, d'un manque d'intérêt ou de plaisir en quoi que ce soit, des difficultés de concentration ainsi que le sentiment de ne pas être à la hauteur, du pessimisme et du ressentiment. Ses seuls moments d'humeur normale sont quand il est seul chez lui à écouter de la musique ou à regarder la télévision.

Interrogé plus avant, Léon révèle qu'il ne peut se souvenir de n'avoir jamais été à l'aise en société. Même avant la maternelle, si on lui demandait de parler devant des amis de ses parents, « le vide » s'emparait de son esprit. Il sentait l'anxiété le submerger quand il devait participer à des activités enfantines, comme des goûters d'anniversaire qu'il évitait, ou bien, qu'il passait dans le silence total, s'il y allait. Il ne pouvait répondre aux questions à l'école seulement s'il avait écrit les réponses à l'avance, et même là, il bredouillait souvent et n'arrivait pas à s'exprimer. Il faisait connaissance avec les autres enfants en baissant les yeux, craignant leur regard scrutateur, s'attendant à se sentir humilié ou dans l'embarras. Il était persuadé que tout son entourage pensait qu'il était « bête » ou « un pauvre type ».

En grandissant, Léon a eu quelques camarades de jeu dans son voisinage, mais il n'a jamais eu de « meilleur ami ». Il avait de bons résultats scolaires, mais perdait des points dès qu'il s'agissait de s'exprimer oralement en classe. Adolescent, les filles le terrifiaient et, jusqu'à ce jour, il n'est jamais sorti avec une femme et n'a même jamais osé faire une invitation. Ça l'ennuie, mais comme il est si souvent déprimé, il pense qu'il a trop peu d'énergie ou d'intérêt pour rencontrer des femmes.

Léon a été à l'université et a bien réussi un certain temps puis il a abandonné au fur et à mesure que ses notes baissaient. Il est resté très maladroit et est terrifié à l'idée de rencontrer des personnes inconnues. Il a eu du mal à décrocher un emploi parce qu'il était incapable de répondre aux questions lors des entretiens. Il a eu quelques petits boulots où seul un test écrit était nécessaire. À 24 ans, il a réussi un concours de la fonction publique et on lui a proposé un travail dans un bureau de poste dans l'équipe du soir. Il était à l'aise dans ce travail qui impliquait très peu de contact avec les autres. On lui a proposé plusieurs promotions, mais il les a toutes refusées parce qu'il en redoutait la dimension sociale. Bien que maintenant il supervise un certain nombre d'employés, il lui est encore difficile de donner des instructions même à des collègues qu'il connaît depuis des années.

Il n'a pas d'amis et évite toutes les occasions de rencontre avec ses collègues. Ces dernières années, il a essayé plusieurs thérapies pour l'aider à dépasser sa « timidité » et sa tristesse. Léon n'a jamais été pris d'anxiété soudaine ou vécu d'attaque de panique en société ou dans d'autres situations. C'est en fait l'anticipation de la situation sociale redoutée qui majore son anxiété.