

## Théorie du démarrage

Dernière mise à jour : 15-06-2009

Cette théorie s'intéresse au démarrage des activités ou de la journée : se lever. En effet dans l'hypersomnie idiopathique ce starter semble altéré. Voici quelques activités qui semblent poser problème lors du démarrage : se lever, faire à manger, aller travailler ou à l'école, commencer un jeu, voir quelqu'un, faire le ménage, ranger, sortir de chez soi... Pour faire une comparaison je vais prendre un cas particulier : la perte d'auto activation psychique (PAAP). Dans cette maladie rare le patient ne pense pas à le faire, mais si on lui propose il le fera. Plus d'infos ici . Dans le cas de l'hypersomnie mon idée est que le patient pense qu'il ne peut pas le faire. Si on lui propose il risque de dire non, sauf si on le pousse (motive) un peu ou qu'il y est obligé (date impérative !). Le terme "pense" est ici utilisé plutôt dans le sens de sentir, ressentir, se croire physiquement incapable de. Un autre cas est celui de la dépression où je dirais que le patient n'a pas envie de le faire. Ce sont 3 cas à bien différencier car ils touchent chacun un système différent. Pour approfondir mon idée dans le cas de l'hypersomnie cela pourrait provenir d'un dysfonctionnement du système chargé de détecter les capacités d'une personne : c'est comme si la jauge à essence serait sur zéro! La personne est sûre qu'elle ne pourra pas le faire, mais si elle y est obligée ou vraiment motivée alors elle se rendra compte qu'elle le peut et donc que la jauge est cassée! Bien sûr cela ne serait pas le seul problème et dans certains cas serait vraiment sans force ; d'où le problème de savoir si oui ou non elle le peut.