LES DIMENSIONS

Le Caméléon gentil

PERTURBÉ PAR LE DÉSESPOIR : CHANGEMENT POUR SOUTENIR

EVERYONE

College of Nursing
Behavioral Health Wellness
Environments for Living and Learning

LES DIMENSIONS
Tome 8

Le Récit

Perturbé par le désespoir : changement pour soutenir raconte l'histoire d'Aanisah Alomar, dite le Caméléon gentil, qui souffre de dépression et a les super-pouvoirs de changer de forme et clairvoyance. Elle a un magasin de bien-être qui grandit. Cependant, un autre magasin va ouvrir bietôt. Aanisah étudie à la fac pour être infirmière et aussi le business. Aanisah joue de la guitare basse pour les Dimension, un groupe musical formé de super-héros. Elle est accablée par son travail, la famille et les études. Elle a du mal et ses symptômes de dépression augmentent. Elle veut se cacher de ses problèmes. Par hasard, Aanisah se change en caméléon, ce qui lui permet de changer de couleurs et de se cacher. Elle s'inscrit dans un programme pour les étudiants qui travaillent à plein-temps. Aanisah se met à perdre la motivation. Elle devient blasée pour son magasin, ses devoirs et la maison. Sa dépression aggrave et les changements de forme deviennent un danger pour tout le monde—y compris elle. Elle pense à quitter mais les Dimensions et ses collègues au programme arrivent. Est-ce que ça va être assez pour aider Aanisah à retrouver la morale et à continuer ses études ?

À propos de BH WELL

Le laboratoire des environnements de comportements sains pour vivre et apprendre dans la faculté d'infirmiers à l'université de Kentucky (BH WELL) l'équipe de recherche existe pour diriger les comportements sains pour les personnes qui font face aux problèmes de santé. Nous priortisons la Diversité, L'Innovation, le Respect, la Compassion et la Collaboration (DIReCT).

La Recherche

Le Programme de travailler-étudier (WLP) est un programme coordonné par les professeurs et les professionnels médicaux pour répondre à la crise de manque de travailleurs. C'est pour les personnes qui travaillent à plein-temps et qui veulent recevoir un diplôme et devenir un professionnel de santé. Les objectifs du programme sont la formation, la formation continue, la recherche et l'amélioration des buts. Le WLP se comportent de 5 données basées sur la recherche : 1) un espace pour la formation ; 2) une transition entre le travail et la fac ; 3) des cohortes pour créer un sentiment d'appartenance ; 4) une coordination de programme ; et 5) une dédication au programme. Les programmes basés sur la recherche pour former les professionnels, comme WLP, donne un avantage aux travails parce qu'ils peuvent soutenir les participants qui réussissent au travail et à la formation.

Robertson, H., Seng, S., Otachi, J., & Okoli, C. (2021, October 13-16). *The Work Learning Program (WLP): supporting career development in psychiatric-mental health nursing* [Platform Presentation]. 35th American Psychiatric Nurses Association Conference, Louisville, KY, U.S.A.

Les remerciements et les crédits

Le scénario et le récit : L'equipe de recherche BH WELL
Les créateurs : L'equipe de recherche BH WELL
L'artiste : Dottie Kay Berryman
Conception et réalisation graphique : David Brian Blondell
Organisme de financement : Des fonds de et le Kentucky Tobacco Prevention and Cessation Program.

© 2023, University of Kentucky BH WELL

Aanisah est en train de fermer son magasin de bien-être...

Ah, le journal de pleine conscience. Un de nos bestsellers.

Le Caméléon gentil

C'est ce dont j'ai besoin ! Ah ! Tu sais quoi ? Je viens d'acheter mes DERNIERS patchs de nicotine aujourd'hui. J'ai presque plus d'envies.

Tu as très bien fait. Je me souviens quand on a pris une pause pendant les répétitions pour que tu puisses fumer ou vapoter*.

Jamais plus ! Maintenant on prend des pauses pour que tu puisses étudier.

Bref...

s'il te plaît...

...ne me rappelle pas.

Tu as l'air fatiguée. Je peux t'emmener chez toi ?

Merci, mais non. J'habite au coin.

Ah, j'ai entendu dire qu'un autre magasin de bien-être va bientôt ouvrir. C'est vrai ?

J'ai entendu la même chose. Ils sont bienvenus.

*La cigarette électronique, pour « vapoter, » contient un aérosol qui est mauvais pour la santé et ne sont pas d'eau ou de « vapeur. »

Fatiguée et déprimée, Aanisah se change en caméléon pendant son trajet...

En rentrant, Aanisah se change encore en elle-même...

Journée difficile ? Vient manger !

Omm !*

Merci. Je vais coucher les enfants après avoir mangé.

La dépression cause la fatigue ou le manque de force qui crée un sentiment que mêmes la moindre tâche est accablante.

Après avoir mis les enfants au lit, l'état de la cuisine cause Aanisah de changer...

Pourquoi ranger et faire propre...

Ça va devenir sale encore !

Je ne comprends pas pourquoi ça arrive !!!!

La dépression peut causer des sentiments de tristesse, de vide ou désespoir et de ne plus prendre plaisir dans ce à qui vous intéresse.

* « Ommm » est le mot arabe pour « maman. »

Le lendemain, Aanisah est en retard...

Plus tard au Caméléon gentil...

Aanisah, où est la menthe ?

Aanisah ?

PRIVÉ
EMPLOYÉS

Aanisah, où es-tu ?

Tu t'es changé en boîtes pour te cacher de moi ?

Ce n'est pas toi, Lucie. Je me cache du monde.

Je présage* que le nouveau magasin de bein-être dans la rue va créer des difficultés. Et j'ai du mal à la maison. Je ne me débrouille pas comme il faut.

C'est quoi « comme il faut » ? Tu es trop dur avec toi,,,,

Tu me connais... ce n'est pas tout...

Les symptômes de dépression comprennent la honte ou la culpabilité pour les échecs ou les échecs ressentis.

*Elle croit voir l'avenir et ce qui se passera.

J'étais en retard à la fac et j'avais oublié de préparer une présentation...

Je me sens déconnectée de ma vie et j'oublie des idées et des devoirs.

Je suis ÉPUISÉE. Je me sens...

...je COULE !

Oh c'est grave.

J'ai besoin d'aide !

Les changements d'Aanisah cause une panne d'éléctricité et une rupture de tuyau ce qui coupe la lumière et met l'eau partout...

Nous avons besoin des DIMENSIONS !

Aanisah a besoin de nous ! LES DIMENSIONS... SE RASSEMBLENT !

Les Dimensions arrive et le magasin se met à trembler à force des changements d'Aanisah...

Le Caméléon gentil

Ah, tu es là ! Je ne savais pas combien de temps je pouvais tenir la situation.

Nous sommes là ! Où est Aanisah ?

Là-dedans !

Quand je l'ai vue, Aanisah, elle ne pouvait pas contrôler ses changements. C'était comme mes fortes envies* de fumer et je me suis changé en Ombre Tsunami. Notre soutien va l'aider.

Je suis toujours préparé. Je vais essayer l'outil qui cherche la chaleur pour voir si ça fonctionne.

*Lisez Tome 1 : Quand la nicotine assaille, faites face aux envies de la série Les Dimensions pour en savoir plus du tabagisme d'Éric et son parcours et sa guérison.

Sachetou utilise l'outil qui cherche la chaleur pour trouver Aanisah...

Je l'ai trouvée !

Je vois que tu as le cafard aujourd'hui.

J'ai causé la panne et la fuite d'eau par accident. J'ai tout ruiné. Laissez-moi avec tous les problèmes que j'ai créés.

On ne te laisserait jamais. Nous sommes là pour aider.

Relâches-toi, Aanisah ! Mêmes les super-héros pleure.

Les Dimensions se rassemblent pour soutenir Aanisah...

L'ordonnance est prête à la pharmacie.

D'accord, Aanisah, rendez-vous prévu pour la thérapie !

Merci mille fois ! Je vais commencer à remettre le magasin.

Mais non ! Reposes-toi un peu. Nous pouvons tous ranger.

Tu te souviens quand tu m'as aidée à mon atelier* ?

Tu aides toujours les autres.

Nova décharge l'électricité pour montrer le magasin bien propre...

Maintenant il faut que tu te soignes !

Merci, tout le monde !

Je ne me cache plus !

*Lisez Tome 6 : Quand la vie est lourde : allégez la charge des Dimensions pour suivre l'histoire de Raha et ses troubles de l'achat impulsif et de l'accumulation compulsive et sa guérison.

Aanisah apprend comment gérer sa dépression et se dirige vers une vie équilibrée.

Aanisah se rencontre avec son mentor à la fac...

Quelques mois plus tard...

Parking

Marché de bien-être

Inauguration !

Merci d'être venu au Caméléon gentil !

Ça y était pendant que j'étudiais ?

C'était un peu chargé mais ça allait ! Comment vont les études ?

SUPER ! J'avance !

Omm !

C'est mon dernier semestre, et puis...

Le monde !!!

Journal de Ville

Meilleur magasin : Le Caméléon gentil – Le Top

...et c'est ce qu'elle a fait.

La Fin !

FAISONS CONNAISSANCES DES PERSONNAGES DES DIMENSIONS !

Les personnages des Dimensions représentent les 8 dimensions de santé soutenues par l'Administration des Services de Toxicomanie et de Santé mentale (SAMHSA)
https://store.samhsa.gov/sites/default/files/d7/priv/sma16-4958.pdf

La Dimension environnementale : Éric Onde dit Capitaine Calme

-Un garde-forestier
-Marié à Espérance Onde
-Chanteur pour les Dimensions

-Atteint de l'anxiété et du tabagisme
-Super-pouvoir : Puissance et la communications avec les animaux

La Dimension émotionnelle : Espérance Onde dite La Guérisseuse

-Institutrice qui travaille à l'hôpital pédiatrique
-Mariée à Éric Onde
-Chanteuse pour les Dimensions

-Atteinte de crises de panique et de lassitude
-Super-pouvoir : Les mains guérissantes et la vision à rayons X

La Dimension physique : Léo Lion dit Le Cyclone tonnant

-Vétéran de l'armée et bibliothécaire
-Batteur pour les Dimensions
-Il a eu des expériences traumatisantes qui provoquent l'insomnie et d'une mauvaise hygiène alimentaire

-Diagnostiqué récemment de diabète
-Super-pouvoir : le vent sonique, un cri éclatant et un seuil de tolérance à la douleur élevé

La Dimension professionnelle : Aanisah Alomar dite Le Caméléon doux

-Dirigeante de petite entreprise
-Bassiste pour les Dimensions
-Souffre de dépression

-Super-pouvoir : Changement de forme et clairvoyante

La Dimension sociable : Nova Pow dit Le Choc magnétique

-Spécialiste des arts martiaux
-Percussionniste pour les Dimensions

-Elle a besoin d'aide pour la gestion de la colère
-Super-pouvoir : Manipulation magnétique et attire les objets

La Dimension économique : Lucie Stretch dite Élastique beauté

-P. D. G. d'une entreprise de beauté
-Guitariste pour les Dimensions
-Atteinte de TDAH et connue pour être en retard

-Super-pouvoir : Manipulation corporelle

La Dimension intellectuelle : Einstein Sachetou dit Le Remplacement d'agent

-Professeur et chercheur scientifique qui étudie la maladie d'Alzheimer et la démence

-Claviériste pour les Dimensions
-Un peu égoïste et un peu désagréable
-Super-pouvoir : Génie et porte un sac à dos muni de jet d'eau

La Dimension spirituelle : Raha dite La Reine divine

-Professeure de danse
-Violiniste pour les Dimensions
-Impulsive en dépansant de l'argent qui lui fait honte et une manie d'accumulation compulsive

-Super-pouvoir : Capacité à voler et lire dans les pensées

De plus, soyez en garde pour deux personnages cachés !

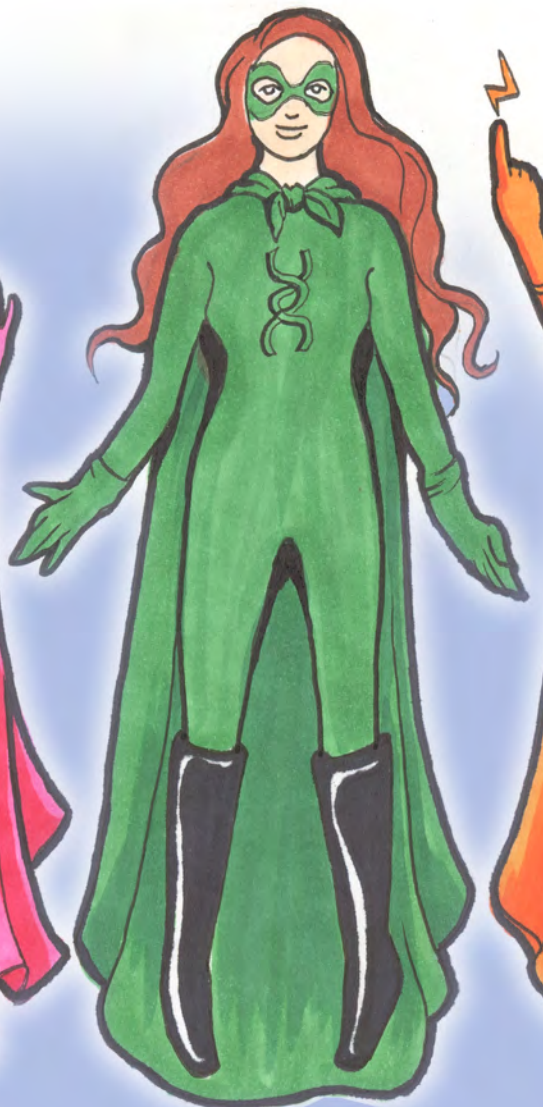
Aline Recordstein est l'agent des Dimensions. Son super-pouvoir est l'organisation !

Dotty K. Berryman est l'artiste incroyable des Dimensions ! Le saviez-vous qu'elle est aussi leur plus grand admiratrice ? Cherchez-la parmi les spectateurs au concert des Dimensions !

LES DIMENSIONS SONT...

Capitaine Calme

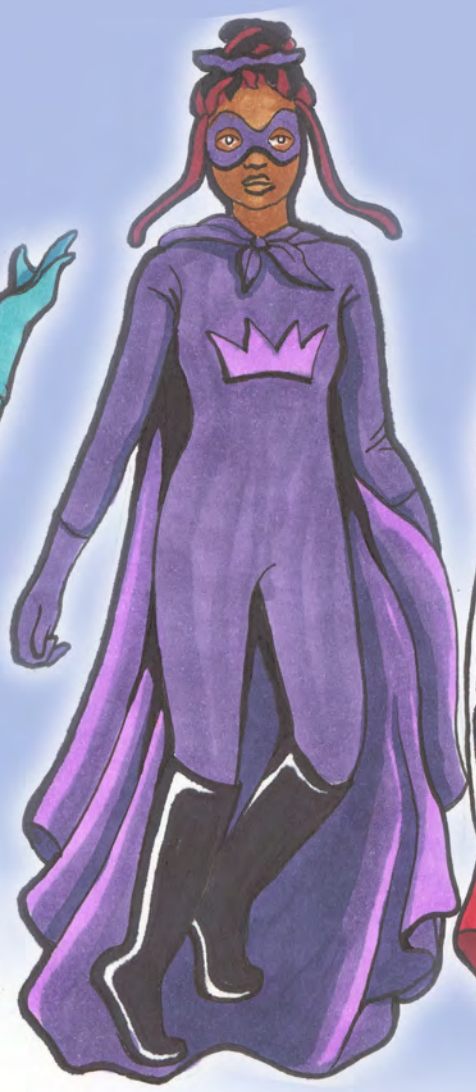
La Guérisseuse



Beauté élastique

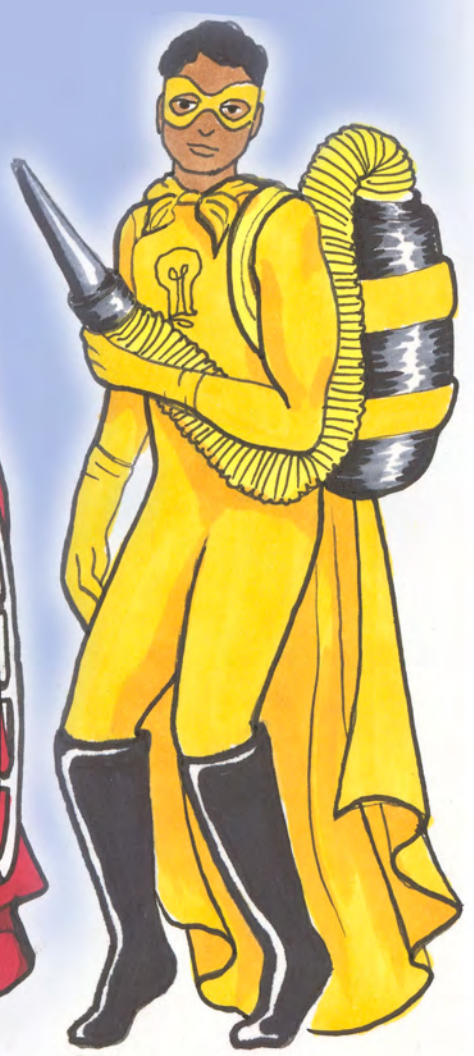
Le Choc magnétique

Le Caméléon doux



La Reine divine

Le Cyclone tonnant



Le Remplacement d'agent

LISEZ-LES TOUS !

Chaque personnage a leur propre histoire.

bhwell.uky.edu