

# Règles de santé mentale :

par Auberon

## Sommaire

- [Introduction](#)
- [Perdre de la santé mentale](#)
- [Regagner sa santé mentale](#)
- [les Dérangements](#)
- [Notes](#)

## Introduction

Ce système fait penser au 1er abord à celui de l'appel de Cthulhu. Or il est très peu développé par rapport à celui ci. De même un monde médiéval fantastique est nécessairement moins impressionnant qu'un jeu d'horreur. En effet le surnaturel et l'horreur y sont plus fréquents, et les gens y sont donc moins impressionnables ; la magie par exemple est reconnue comme une science, ce qui n'est pas le cas du jeu d'horreur.

Le système de santé mentale est donc bien différent pour le médiéval fantastique. N'étant pas satisfait du système décrit dans le livre de règles (pas assez décrit et trop court à mon sens), j'en ai écrit un qui m'a été directement inspiré du système de Paradoxe et de contrecoups du paradoxe de Mage, l'Ascension, que j'ai récemment.

## Perdre de la santé mentale

Ici pas de gros problème, il suffit d'appliquer les règles page 11 du livre du maître. Toutefois je vous les rappelle :

On perd de la santé mentale quand :

- on fait un voyage astral dans l'univers de la magie
- quand on est confronté à un phénomène qui nous dépasse où nous effraye
- quand on est touché psychologiquement par un événement : perte d'un ami, échec amoureux, peur, etc. ...

Il n'y a de règles seulement dans le premier cas, sinon c'est au MJ d'apprécier la perte de PSM. La perte de PSM étant proportionnelle à la gravité du phénomène qui l'a causé.

## Récupérer de la santé mentale

Le plus dur à définir n'est pas comment en perdre mais comment en récupérer. Je propose ici plusieurs moyens, mais si vous avez des suggestions autres, n'hésitez pas à les faire connaître.

En fait il y a deux solutions je pense :

- le repos : là pas de problème il suffit d'appliquer les règles : 3 PSM de récupérés, pour trois jours de repos complets
- les dérangements : là pour ce système la récupération est bien plus rapide, quasi instantanée, il suffit de voir avec le joueur s'il accepte de prendre un dérangement psychologique, qui permet à son personnage en admettant sa folie (sa perte de PSM), de l'intégrer à lui même, de considérer qu'elle

fait partie de lui même et donc de la rationaliser en quelque sorte( récupérer de la santé mentale).

La règle est la suivante :

Le joueur peut récupérer au maximum en une fois jusqu'aux deux tiers des PSM qu'il a perdu la dernière fois, cette dernière perte représentant l'événement dans son ensemble qui a causé la perte (exemple, un voyage dans l'univers de la magie est compté comme une seule perte de PSM) ; par exemple un PJ qui voit son meilleur ami se faire tuer au cours d'une bataille perd mettons 9 PSM. Bien. En prenant un dérangement il pourra récupérer jusqu'à 6PSM au maximum cette fois là.

Le dérangement pris doit être adapté à la nature du traumatisme qui l'a causé.

Evidemment vous l'aurez compris plus on récupère de PSM en une fois plus le dérangement est intensif, long et contraignant.

Bien sur, j'entends tout de suite des petits malins qui disent : à quoi ça sert de prendre un dérangement. Autant garder sa santé mentale telle quelle, comme ça pas de désagréments.

En fait c'est au MJ de faire comprendre au joueur que moins il a de PSM, plus il s'approche de la folie complète est plus le chemin vers la raison devient difficile. Donc en terme de jeu, le MJ a l'entière liberté de déformer la vision du PJ, de l'altérer , de lui présenter une vision faussée mal interprétée, ou ambiguë des situations ; car je le répète, pour le PJ, c'est sa propre vérité, il est incapable d'en voir d'autre, car sa raison elle même est faussée. Donc maîtres de jeu, soyez imaginatifs, déformez les faits, racontez lui des bobards, bref imaginez.

Exemple : un honnête ami s'approche d'eux pour leur fournir le renseignement dont ils avaient convenus. Pour le PJ fou, il s'agit alors d'un ennemi du camp adverse, qu'il faut éliminer à tout prix : "A l'attaque! "

Le plus vicieux, c'est que si le MJ se démerde bien, il pourra presque arriver à ce que le PJ fou convainque les autres de sa vérité, lesquels agiront de concert avec lui. Cela peut foirer de nombreux scénarios, mais ça peut aussi leur apporter de très nombreux problèmes, d'où l'intérêt de prendre des dérangements, pour garder sa santé mentale, si on a pas le temps de la récupérer par des moyens normaux.

La liste des troubles décrits dans le livre du maître est bien courte (6), d'autant qu'ils ne s'appliquent qu'en cas de choc violent à la tête. Aussi je les laisse à leur place, et leurs effets viendront se conjuguer avec ceux de la folie. Je considère qu'il s'agit de deux phénomènes distincts, et n'écarte pas pour autant les règles de troubles.

## Dérangements

Voici une petite liste de dérangements tirée de Vampire, la Mascarade, qui n'est pas exhaustive, à vous de la compléter

- comportement obsessionnel/compulsif, le traumatisme qui cause ce dérangement force sa victime à concentrer toute son attention sur une seule action ou un seul comportement répétitif. L'obsession est un besoin de contrôler l'environnement : rester propre, garder un endroit calme et silencieux ou en éloigner les individus indésirables, par exemple. Un comportement compulsif se caractérise par la répétition d'actes qui permettent à la victime d'extérioriser son angoisse, par exemple placer des objets à un endroit et dans un ordre précis, s'habiller de façon rituelle et immuable...

- personnalités multiples, le traumatisme à l'origine de ce dérangement brise la personnalité de la victime en une ou plusieurs autres personnalités, permettant à la victime de nier ce traumatisme ou toute action qui en découle en rejetant la faute sur quelqu'un d'autre. chaque personnalité est créée pour répondre à un stimulus émotionnel ; dans la plupart des cas, aucune des personnalités ne connaît l'existence des autres, et elles vont et viennent dans l'esprit de la victime en réponse à la situation et au circonstance.

- Schizophrénie, des sentiments et des pulsions impossibles à concilier peuvent conduire à la schizophrénie. Celle-ci se manifeste par la coupure de toute réalité, des changements brutaux de comportement et des hallucinations (voyez le film *Lost Highway* de David Lynch pour comprendre).

- On peut y ajouter, pour être bref, la Paranoïa, la mégalomanie, l'hystérie, la maniaco-dépression, les absences (périodes de "trous noirs" et de perte de mémoire) ... pour des besoins de temps je ne vous les décris pas toutes, ce sont juste quelques exemples pour donner un peu plus de consistance à ces règles ; mon objectif n'étant pas de faire une encyclopédie de tous les comportements psychotiques possibles, d'autant que je suis loin d'en être un spécialiste.

## Note

De plus pour compléter sur la santé mentale, il faut ajouter que + elle est faible, moins le PJ est sensible aux pertes de PSM. En effet le meurtre gratuit d'une personne causera des troubles chez un PJ ayant 60 PSM, c'est évident. En revanche si celui-ci n'a que 5 PSM au moment où il commet un tel acte, nul doute qu'il n'y aura aucun problème pour lui, il doit y être habitué avec un tel niveau de santé mentale. À ce propos je tiens à ajouter que les nécromants commencent automatiquement avec un dérangement dont la nature reste à déterminer.

Enfin pour conclure il va s'en dire que l'on attend des joueurs qu'ils interprètent avec soin leurs dérangements, faute de quoi le MJ peut contraindre ceux-ci à le faire dans les situations propices. Aller contre son dérangement dans ces cas-là requiert un test de volonté à -70%. Par contre toute tentative pour empêcher un PJ de jouer son dérangement se conclut par un échec. La magie est rendue bien plus difficile si elle a pour but d'empêcher un dérangement de se manifester, quand le malade est en période de crise (coût en PA plus élevé, résistance partielle à la Magie du malade...), et elle est la seule permettant de réussir une action contre les dérangements. Par contre il est possible de soigner magiquement le malade sans aucun malus quand celui-ci est rationnel. Là encore le MJ reste seul juge quant à la possibilité de guérison magique.

Coût en PSM	durée du dérangement	fréquence du dérangement
[1-5]	un jour	1 fois / deux jours
[5-10]	une semaine	1 fois / jour
[10-20]	un mois	1 fois / 12 heures
[20-30]	six mois	1 fois / 6 heures
[30-50]	un an	1 fois / 3 heures
[50-100]	dix ans	1 fois par heure

Ce tableau est juste indicatif, histoire de donner un ordre d'idée de la durée et de la fréquence d'apparition du dérangement en fonction du nombre de PSM récupéré (et si vous estimez que le joueur ne joue pas assez son dérangement, jouez-le à sa place s'il le faut ça ajoutera du roleplay). N'hésitez pas à le modifier s'il vous semble erroné ou voire carrément faux, il s'agit juste d'une base pour compléter les règles de santé mentale du livre de règles.