

Qu'est-ce qu'une addiction ?

Ce sont des conduites aux confins de la normalité;

Quand commence l'addiction?

À partir de quel moment parler d'addiction?

Quelle distinction entre addiction et dépendance?

L'effet cacahuète

- Gourmandise ou incapacité à contrôler ses conduites?
- La fonction de ce type de conduite:
 - ✓ faire le vide
 - ✓ Avoir une forme particulière de concentration
 - ✓ S'abstraire du contexte (soucis, tensions, stress...)
 - ✓ Ne plus penser à rien
 - ✓ Ne pas se soucier du temps qui passe

Deux critères essentiels pour caractériser les conduites addictives :

- **Le fait de poursuivre cette conduite plus longtemps que l'on y avait pensé au départ;**
- **Avoir de grosses difficultés à y mettre fin après avoir décidé d'arrêter**

La conduite addictive est

UN JEU RELATIONNEL avec les LIMITES (l'intérieur, l'extérieur; l'en delà, l'en deçà...)

Les conduites addictives sont à la croisée des problématiques de la contenance , du lien et de la construction de l'identité

La dépendance comme processus:

Nous allons passer

d'une **simple habitude**



à une **habitude envahissante** (qui va prendre une importance existentielle dans la vie du sujet)



puis c'est la **phase de centration** (saillance) de la **place du produit** dans la vie du sujet;



c'est le **coup de foudre passionnel**
avec le produit (ou la conduite)



le dernier stade va être caractérisé par la
Nécessité du recours aux conduites addictives
(pour aller le moins mal possible et procurer un
soulagement temporaire et illusoire)

Un autre point important est :

l'importance du regard de l'autre et la stigmatisation; c'est dans le regard de l'autre que la personne va tenter de se raccrocher dans une relation de dépendance affective pour ne pas ressentir la solitude et la honte d'être soi.... Et mieux s'oublier soi-même.

Définitions de la dépendance

- Il existe 2 manières communes de définir les dépendances:
 - ❖ Se centrer **sur la fonction du produit (ou de son absence)** dans l'économie psychique de la personne;
 - ❖ Mettre l'accent sur le sens des conduites addictives comme **envahissement total de l'existence.**

Ces deux dimensions vont impliquer des conceptions différentes des conduites addictives et des stratégies de soins différentes allant d'un sevrage simple (indispensable mais non suffisant) à une prise en charge psychothérapeutique essentielle.

Il est indispensable de considérer les conduites addictives comme des moments (plus ou moins longs) d'un parcours de vie de la personne.

DE QUELQUES DEFINITIONS DE LA DEPENDANCE....

Définition de la dépendance selon Valleur et Matysiak

Valleur et Matysiak proposent une définition globale de l'addiction:

« Situation de dépendance à une substance ou à une séquence comportementale vécue subjectivement comme aliénante. Toute l'existence du sujet se trouve centrée autour de la répétition d'une expérience au détriment d'investissements affectifs et sociaux. »

Les principaux critères concourant à cette définition sont:

- **Le désir compulsif du produit (craving)**
- **L'impossibilité de mettre fin à la conduite malgré le désir conscient de l'arrêter**
- **La prise de produit pour éviter le syndrome de sevrage**
- **Le besoin d'augmenter les doses (sevrage)**
- **La place centrale du produit dans la vie de l'utilisateur**

Ces deux auteurs différencient:

- une « **dépendance simple** » sans connotations psychopathologiques,
- Une « **dépendance complexe** » définie comme une pulsion à prendre un produit de manière périodique ou continue afin de retrouver ses effets psychiques et d'éviter le malaise de la privation. Cet état pouvant s'accompagner ou non d'une tolérance

Définition de la dépendance par Peele

Pour ce psychologue québécois l'addiction correspond à un attachement de la personne à une sensation, un objet ou à une autre personne tel que cet attachement réduit l'appréhension et la capacité de prendre en compte les autres éléments de l'environnement. La personne n'est pas uniquement dépendante d'un produit mais aussi (et surtout) **elle est dépendante d'une expérience de vie** qui fait que certaines personnes deviennent dépendantes du produit.

Le caractère agréable de l'expérience initiale ne serait pas primordial; le plus important dans le recours aux conduites addictives serait la **fonction d'évitement de certaines situations anxiogènes en substituant à l'incertitude de la relation humaine le déroulement prévisible de séquences comportementales souvent vécues.**

En conclusion provisoire...

L'addiction est un **processus** dans lequel nous pouvons distinguer plusieurs étapes:

- ✓ **L'expérimentation, l'usage festif;**
- ✓ **L'usage régulier;**
- ✓ **L'usage qui devient une réponse à des difficultés existentielles (commence à poindre la problématique addictive);**
- ✓ **L'usage qui est un recours permettant d'aller le moins mal possible (qui signe là une dépendance physique)**

Par le recours aux conduites addictives, la centration de l'existence du sujet autour du produit devient vitale pour le sujet en tant que **rapport au monde moins traumatisant**.(d'où l'importance de la rechute dans la problématique de la dépendance).

Nous sommes là dans la fonction du produit dans l'économie psychique du sujet.

Le trouble addictif

d'après Goodman (1990)

- a) Impossibilité de résister aux impulsions à réaliser ce type de comportement
- b) Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement
- c) Plaisir ou soulagement pendant sa durée
- d) Sensation de perte de contrôle pendant le comportement

e) Présence d'au moins 5 des neuf critères suivants:

1. Préoccupation fréquente à propos du comportement ou de sa préparation
2. Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaitées à l'ordinaire
3. Tentatives répétées pour contrôler ou abandonner le comportement
4. Temps important à préparer et entreprendre les épisodes ou à s'en remettre

5. Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, scolaires, universitaires, familiales ou sociales
6. Activités sociales, professionnelles ou récréatives majeures sacrifiées du fait du comportement
7. Perpétuation du comportement bien que le sujet sache qu'il cause ou aggrave un problème persistant ou récurrent d'ordre social, financier, psychologique ou physique

8. Tolérance marquée : besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité
9. Agitation ou irritabilité en cas d'impossibilité de s'adonner au comportement
- f) Certains éléments du syndrome ont duré plus d'un mois ou se sont répétés pendant une période plus longue.

Dépendance selon le DSM V

la dépendance est un mode d'utilisation inappropriée d'une substance entraînant une détresse ou un dysfonctionnement cliniquement significatif comme en témoignent deux (ou plus) des manifestations suivantes, survenant à n'importe quel moment sur une même période de douze mois

1. Tolérance définie par l'une ou l'autre des manifestations suivantes:
 - besoin de quantité nettement majorée de la substance pour obtenir une intoxication ou l'effet désiré
 - Effet nettement diminué en cas d'usage continu de la même quantité de substance
2. Sevrage comme en témoigne l'une ou l'autre des manifestations suivantes:
 - Syndrome de sevrage caractéristique de la substance
 - La même substance (ou une apparentée) est prise dans le but de soulager ou d'éviter le syndrome de sevrage

3. Substance souvent prise en quantité supérieure ou en laps de temps plus long que ce la personne avait envisagé
4. Désir persistant ou efforts infructueux pour réduire ou contrôler l'utilisation de la substance
5. Temps considérable nécessaire pour se procurer la substance, la consommer ou récupérer de ses effets
6. d'importantes activités sociales, loisirs ou occupations sont abandonnés ou réduits en raison de l'utilisation de la substance

7. Poursuite de l'utilisation de la substance malgré la connaissance de l'existence d'un problème physique ou psychologique persistant ou récurrent, déterminé ou exacerbé par la substance.
8. Il existe un craving ou une envie intense de consommer une envie intense de consommer la substance
9. L'utilisation répétée de la substance conduit à l'incapacité de remplir des obligations majeures, au travail, à l'école ou à la maison.

10. Il existe une utilisation de la substance malgré des problèmes interpersonnels ou sociaux, persistants ou récurrents, causés ou exacerbés par les effets de la substance.

11. Il existe une utilisation de la substance dans des situations où cela peut s'avérer dangereux.

Score < 2 : Absence d'addiction

Score de 2 à 3 : Addiction légère

Score de 4 à 5 : Addiction modérée

Score ≥ 6 : Addiction sévère

Avec la dépendance physique nous retrouvons les signes de tolérance ou de sevrage (item 1 ou item 2)

Sans dépendance physique pas de signe de tolérance ou de sevrage (items 1 et 2 absents)

LE PROCESSUS DE SEVRAGE

(SELON LE MODÈLE DE PROCHASKA)

