

Prise en charge des addictions

Service Prévention du CDG 971

Ludivine BIMIER, psychologue / Octobre 2023



Définition de l'addiction ou de la dépendance

Nécessite plusieurs critères : désir puissant d'utiliser une substance psychoactive ; difficultés à contrôler l'utilisation de la substance ; symptômes de sevrage à l'arrêt ; abandon progressif d'autres sources de plaisir ou d'intérêt ; poursuite de la consommation malgré les conséquences négatives

Qu'est ce que la dépendance ?

3 types de dépendances

Dépendance
psychologique

↓

Sous l'effet de la satisfaction ressentie lors de la consommation, on cherche à le reproduire.
Risque augmentée quand difficultés de gestion des émotions

La dépendance comportementale s'installe par la force de l'habitude et de la répétition d'une conduite.

↑

Dépendance psycho
comportementale

Dépendance
physique

↓

L'accoutumance s'installe, on augmente les doses pour obtenir la même satisfaction puis pour éviter le syndrome de manque : sueurs, nausées, tremblements...

Evaluer sa consommation d'alcool

Auto questionnaire AUDIT : exemples de questions

Quelle est la fréquence de votre consommation d'alcool ?

Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous constaté que vous n'étiez plus capable de vous arrêter de boire une fois que vous aviez commencé ?

Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous eu besoin d'un premier verre pour pouvoir démarrer après avoir beaucoup bu la veille ?

Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous été incapable de vous rappeler ce qui s'était passé la soirée précédente parce que vous aviez bu ?

Pour chaque question, on répond :

Jamais : 0 point

Une fois par mois ou moins 2 à 4 fois par mois : 1 point

2 à 3 fois par semaines : 2 points

Au moins 4 fois par semaine : 3 points

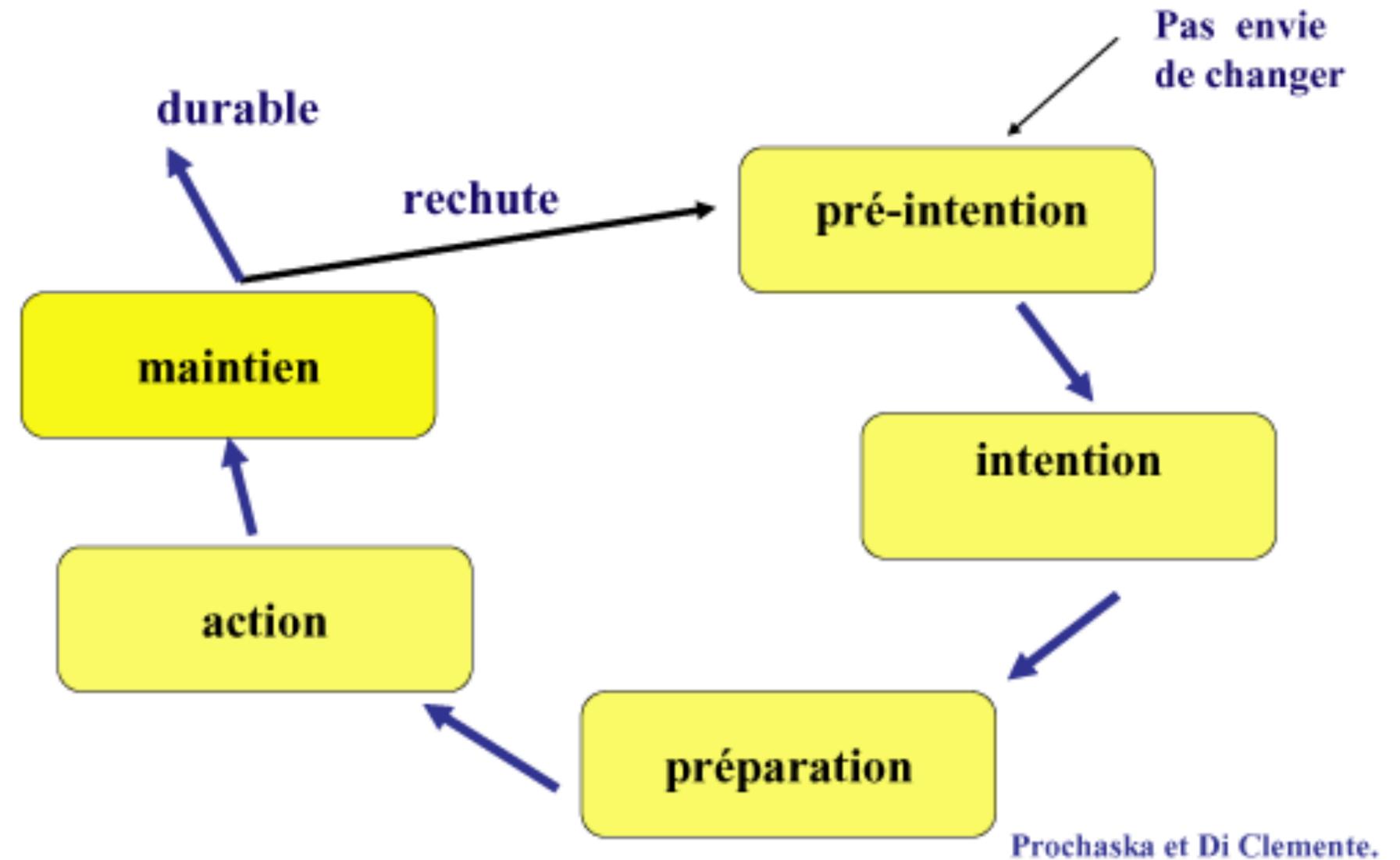
Un score supérieur à 12 chez l'homme est en faveur d'une dépendance à l'alcool

Comprendre et agir

Plusieurs étapes pour sortir de la dépendance ont été décrites :

1. La pré-intention
2. L'intention
3. La préparation
4. L'action
5. Le maintien

Etapes du changement



Actions pour chaque étape



En fonction de l'étape à laquelle la personne dépendante se situe, l'intervention ne sera pas la même.

En service prévention, on intervient surtout dans les étapes 1, 2 et 3.

La pré-intention

L'agent ne se pose pas de question sur sa consommation. Il n'envisage pas de changer de comportement. Il est dans le **déni de son trouble**. Il peut alors être orienté vers nous par sa Direction.

- ➔ Notre intervention vise à faire naître le doute :
par exemple, évaluer ensemble sa consommation et la comparer à une population moyenne.



- A l'étape 2 ou l'intention
 - ➔ L'agent dépendant manifeste de **l'ambivalence**. L'agent envisage un changement de comportement, mais il hésite à renoncer aux bénéfices de la situation actuelle.
 - ➔ Notre intervention vise à augmenter la motivation, par exemple en faisant une liste des avantages à arrêter les comportements problématiques

La balance décisionnelle

Suis-je prêt à changer mon comportement ?



Inconvénients de changer

Avantages de changer

La balance favorise le changement !

LUMAINISY

La préparation

- A l'étape 3, la Décision
L'agent décide de changer.
- ➔ Notre intervention vise
essentiellement à soutenir et
encourager, en apportant aussi
des informations sur les lieux
de suivi (CSAPA, COREDAF)



CSAPA
Raphaël SCHOL
AGEPTA



*« Le changement est
une porte qui ne
s'ouvre que de
l'intérieur »*

Tom Peters

Merci de votre attention

