

QUELQUES REPERES SUR LES ADDICTIONS

Serge Ducretet, Marie Hélène Fivel, Joëlle Lacharme, Jean-Luc Vignouille

1. Introduction

Avant d'aborder les addictions sous l'angle de la « **toile** », du « **net** », de la mise en ligne à travers un écran d'ordinateur ou de téléphone portable, arrêtons-nous sur la notion d'addiction et voyons ce qu'elle recouvre.

Nous allons tenter de nous approcher d'une définition du terme « **addiction** » sachant qu'il en existe une multitude dans la littérature spécialisée. Autrefois, une personne qui développait une dépendance à un produit psycho actif avait toutes les chances de se retrouver dans le champ de la toxicomanie, de l'éthylisme ou du tabagisme. Le produit utilisé étant la pierre d'angle du processus observé. De nos jours, un terme nouveau est apparu et chez les intervenants médico-socio-psycho-éducatif celui d'addiction. Il ouvre un vaste champ d'application des troubles de la dépendance qui actuellement est en chantier et qui s'étend même jusqu'à la notion d'addiction en économie.

2. Etymologie

Etymologiquement, le terme « **addiction** » vient du latin *addico, ad-dicere* et le dictionnaire **Gaffiot** réfère 6 acceptations dont : *dire à, attribuer à, adjuger, abandonner à* et « **addiction** » : *adjudication, condamnation*.

Dans le vocabulaire juridique de Rome, il désignait *un homme qui ne pouvant rembourser ses dettes, devenait l'esclave de son créancier par ordre du magistrat*. Ce sens juridique de contrainte par corps sera utilisé jusqu'au Moyen Age.

Au début du 20^{ème} siècle, ce mot « **addiction** » est utilisé aux USA pour désigner *les phénomènes d'asservissement non plus juridique mais physiologique et psychologique, dans un discours médico psychologique*. Le terme « **drug addiction** » nomme alors *les toxicomanies*, la toxicomanie étant définie comme *une dépendance à un produit illicite, à une substance illégale*.

Il faudra attendre 1945 pour voir développer par le psychanalyste **O. Fenichel** la notion « **d'addiction sans drogue** », analysant les mécanismes inconscients, pulsionnels, régressifs de l'addiction.

3. Définitions :

« **Addiction** » est un mot que l'on retrouve à la fois dans le dictionnaire anglais et dans le dictionnaire français.

Dans le dictionnaire anglais **Harraps Shorter** le mot « **addiction** » est défini comme « *une dépendance, un goût immodéré, une passion dévorante* », le verbe « **addict** » signifie « *s'adonner à, ne pas pouvoir se passer de, être accro à* ».

Dans **Le petit Robert** l'addiction est définie comme « *une relation de dépendance à une substance ou une activité qui a de graves conséquences sur la santé* ».

Le grand Larousse de la psychologie en 1992 définit l'addiction comme « *une relation de dépendance aliénante* ».

Rigaud et Jacquet en 1994 la définira comme « *une relation contraignante qui se joue entre un individu et un objet* ».

Dans le sens courant, « **l'addiction** » est *une dépendance à une drogue à un produit, une conduite qui repose sur l'envie répétée et irrésistible de consommer ce produit*. Pour le **Dr Guffens** *une drogue est un produit qui modifie le fonctionnement du cerveau ; cette modification peut aller de la recherche d'un effet récréatif et de la quête de plaisir jusqu'à la dépendance à ce produit* ».

Il existe de nombreuses définitions plus pointues et complexes de l'addiction si on se réfère à telle ou telle acceptation clinique, psychanalytique, cognitivo comportementale du terme « **addiction** » mais l'élément commun à toute personne « addict » paraît se trouver dans la notion de dépendance.

4. La notion de dépendance :

On distingue classiquement deux types de dépendance qui sont le plus souvent intriquées. Elles s'induisent l'une l'autre et entraînent fréquemment une souffrance physique et psychique :

- **La dépendance psychologique :**
Désir insistant et persistant de consommer mettant le sujet en vive tension, avec sentiment de malaise et d'excitation à la fois, qui peut parfois se traduire par des manifestations psycho-somatiques (véritables douleurs physiques sans cause physiologique). Cette dépendance est bien plus liée aux caractéristiques des individus (états affectifs, style de vie) qu'au produit lui-même.
- **La dépendance physique :**
Etat où l'organisme assimile à son propre fonctionnement la présence d'un produit développant des troubles physiques parfois graves en cas de manque. L'ensemble de ces troubles constituant le syndrome de sevrage. La dépendance physique résulte des mécanismes d'adaptation de l'organisme à une consommation prolongée et peut s'accompagner d'une tolérance (autrefois appelée accoutumance) qui est une adaptation biologique au produit entraînant la nécessité d'augmenter les doses pour obtenir le même effet qu'au début de la consommation.

En 1975 l'OMS définit la dépendance comme :

« Un état psychique et parfois physique, résultant de l'interaction entre un organisme vivant et un produit, caractérisé par des réponses comportementales ou autres qui comportent toujours une compulsion à prendre le produit de façon régulière ou périodique pour ressentir ses effets psychiques et parfois éviter l'inconfort de son absence (sevrage). La tolérance (= accoutumance) peut être présente ou non ».

En médecine et psychiatrie, dans les années 1990, les 2 classifications internationales reconnues, le DSM IV et la CIM 10 redéfinissent la dépendance :

Définition selon le CIM-10 (Classification Internationale des Maladies)

Le CIM-10 présente la dépendance comme la manifestation d'au moins trois des signes ci-après sur une période d'un an et ayant persisté au moins un mois ou étant survenus de manière répétée :

- Un désir compulsif de consommer le produit,
- Des difficultés à contrôler la consommation,
- L'apparition d'un syndrome de sevrage en cas d'arrêt ou de diminution des doses ou une prise du produit pour éviter un syndrome de sevrage,
- Une tolérance aux effets (augmentation des doses pour obtenir un effet similaire),
- Un désintérêt global pour tout ce qui ne concerne pas le produit ou sa recherche,
- Une poursuite de la consommation malgré la conscience des problèmes qu'elle engendre.

Définition du DSM-IV :(Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux)

Mode d'utilisation inapproprié d'un produit entraînant des signes physiques et psychiques. Elle se manifeste par l'apparition d'au moins trois signes ci-après sur une période d'un an :

- Une tolérance (ou accoutumance) qui se traduit soit par une augmentation des doses pour un effet similaire, soit par un effet nettement diminué si les doses sont maintenues à leur état initial,
- Un syndrome de sevrage en cas d'arrêt ou une prise du produit pour éviter un syndrome de sevrage,

- Une incapacité à gérer sa propre consommation, l'usager consomme plus longtemps ou plus qu'il ne le voulait,
- Des efforts infructueux pour contrôler la consommation,
- Un temps de plus en plus important est consacré à la recherche du produit,
- Les activités sociales, culturelles ou de loisir sont abandonnées en raison de l'importance que prend le produit dans la vie quotidienne,
- Une poursuite de la consommation malgré la conscience des problèmes qu'elle engendre.

« Le trouble addictif »

Dans ces mêmes années 1990, le psychanalyste américain **Goodman** définit :

- ✓ le « **trouble addictif** », « **l'addiction** » comme « *un processus dans lequel est réalisé un comportement qui peut avoir pour fonction de procurer du plaisir et de soulager un malaise intérieur et qui se caractérise par l'échec répété de son contrôle et sa persistance malgré des conséquences négatives significatives.* »
- ✓ l'addiction se caractérise par :
 - Impossibilité de résister à l'impulsion de passage à l'acte,
 - Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement,
 - Soulagement ou plaisir durant la période,
 - Perte de contrôle dès le début de la crise.

Avec la présence d'au moins cinq des neuf critères suivants :

- Monopolisation de la pensée par le projet de comportement addictif,
- Intensité et durée des épisodes plus importants que souhaités à l'origine,
- Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement,
- Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre ou à s'en remettre,
- L'engagement dans le comportement est tel que la personne ne peut plus accomplir des gestes élémentaires (se laver, se nourrir) et le conduit vers un désinvestissement social, professionnel et familial,
- Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, familiales ou sociales,
- Poursuite du comportement malgré l'aggravation des problèmes sociaux et en dépit de la connaissance des conséquences négatives,
- Tolérance marquée, c'est-à-dire 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,
- Agitation, irritabilité et surtout angoisse si le passage à l'acte addictif est différé, empêché.

5. Abord neuro biologique de l'addiction

L'addiction est aussi un dysfonctionnement durable des circuits neurobiologiques de régulation du système du plaisir.

On sait aujourd'hui que toutes les drogues, les substances psycho-actives agissent sur notre cerveau selon un même principe : elles détournent le contrôle physiologique du système du plaisir.

Il existe dans le cerveau des circuits de neurones dont le rôle est d'associer aux fonctions vitales (se nourrir, se reproduire, se défendre,) une récompense, sous forme de sensation agréable ou de plaisir.

Ce système de plaisir (encore appelé hédonique, ou système de récompense) contrôle l'équilibre émotionnel en essayant de maintenir ou de rétablir un état de satisfaction de l'être. Il réagit aux émotions, au stress, en sécrétant des substances pour rétablir un certain bien être. Toutes les drogues agissent au niveau des neurones à Dopamine « *molécule naturelle du plaisir* ». Elles provoquent une sensation de plaisir mais également une modification comportementale plus ou moins importante selon la drogue, la dose consommée, l'individu et son environnement.

La Dopamine n'est pas le seul neuromédiateur qui intervient on peut citer aussi l'Adrénaline, la Noradrénaline, et la Sérotonine.

L'addiction peut donc aussi être définie comme la perte du contrôle des mécanismes naturels :

- ✓ De la recherche du plaisir et d'évitement de la souffrance,
- ✓ De la bonne gestion des émotions, soient-elles positives ou négatives.

Elle peut prendre la forme d'une consommation de substances psycho-actives ou rester essentiellement comportementale.

6. De la notion de dépendance, du trouble addictif aux conduites addictives :

Un grand nombre de médecins spécialisés comme le **Dr Marc Valleur** ou le médecin psychiatre **Philippe Jeammet** nous suggèrent de penser l'addiction en termes de conduite des sujets plutôt que d'élaborer une approche exclusive à partir des produits utilisés.

Se sortir du simple constat descriptif de la prise de produit et de ses variations quantitatives, présente l'intérêt de placer le sujet au cœur de la problématique et de démystifier les produits ou pratiques qui parfois peuvent nous conduire dans le registre de la sidération et par là-même faire écran à l'appréhension des questions centrales en matière de conduites humaines.

Ce positionnement induit un élargissement de la notion de dépendance intrinsèquement lié à la toxicomanie, à l'alcoolisme, au tabagisme et débouche sur la notion de conduites addictives révélatrices d'un ensemble de comportements que l'on regroupe sous le terme de « **nouvelles addictions** » incluant les rapports particuliers, pathologiques au jeu, à la nourriture (troubles du comportement alimentaire), au travail, au sexe, au sport (dopage), l'addiction à l'ordinateur et à ses produits (jeux vidéos, discussions ou jeux en réseaux, achats compulsifs en ligne, travail compulsif, sex addict....).

Cet élargissement déjà amorcé par **Fenichel** en 1945 dans les « *toxicomanies sans drogues* » nous amène à appréhender non plus le type de produit pour identifier le trouble mais le rapport de la personne au produit ou à un comportement, ce qui revient à s'interroger sur la fonction, le rôle, dans l'équilibre de la personnalité que joue cette activité, sans pour autant omettre, dans l'analyse, les effets propres induits par tel ou tel produit.

Lorsque le produit ou le comportement est socialement accepté et identifié comme une activité adaptée (ex : l'objet informatique, le téléphone portable...) qu'est ce qui fait problème ?

Quelles sont les frontières du normal et du pathologique ?

Pouvons-nous adopter la même classification que celle proposée par les professeurs **Parquet et Reynaud** sur les consommations de substances psychoactives : usage, mésusage, usage abusif, usage nocif ?

Pouvons-nous parler de consommateurs occasionnels ou réguliers, de consommation normale ou abusive voire nocive ?

Mais qu'est ce qu'une activité adaptée dans une société de consommation qui pousse à consommer de plus en plus, à produire plus ?

Nous touchons là à l'équilibre personnel et social de chaque individu et de manière significative, de la relation de l'homme à son environnement.

Lorsque l'organisation globale de la personne se construit sur la quête d'une satisfaction jamais acquise et de plus en plus difficilement atteignable avec la nécessité d'être de plus en plus performant.

Lorsque cette insatisfaction fait naître une tension au goût amer, une sensation douloureuse dont la recherche de l'apaisement devient l'élan ultime et vital, alors nous sommes en devoir de nous poser la question : sommes-nous face à une personne addict dans une société addictogène ?

C'est une des questions que nous allons travailler ensemble au cours de cette journée.

Bibliographie

Fénichel O (1945), La théorie psychanalytique des névroses. Paris, Presses Universitaires de France

Goodman A (1990) Addiction, definition and implications, *British Journal of addictions*, 85, 1403-1408

M.V.(1992), « addiction » *Le Grand Dictionnaire de la Psychologie*, Larousse Paris

Rigaud A/Jacquet M.M(1994), Propos critiques sur les notions d'addictions et de conduites de dépendance - Entre lieu commun et chimère - *Dépendance et conduites de dépendances*, Paris, Masson 38-60

C H P (1996) « addiction » *dictionnaire Anglais Français Harrap's Shorter*, Edimbourg

Fernandez L, Sztulman H (1997) Approche du concept d'addiction en psychopathologie. *Annales Medico-psychologiques*, 155(4), 225-265 (*Psycho-e-print*, Lydia Fernandez 00/approche du concept d'addiction, 21)

Parquet P J (1998) Pour une prévention de l'usage des substances psychoactives : usage, mésusage, usage nocif, dépendance. Paris Editions CFES 47p,

Valleur M, Velea D Les addictions sans drogues, *revue Toxibase n°6 juin 2002*

Rigaud La notion d'addictologie : intérêt et limites ANPAA

Guffens J-M (2003) Cent questions sur les drogues, la toxicomanie et les hépatites virales associées. Quels mécanismes du cerveau entrent en jeu lors de la consommation de drogues 48-49

Massin S (2008) la notion d'addiction en économie : la théorie du choix rationnel à l'épreuve, *Centre d'économie de la Sorbonne Université Paris1* <http://ces.univ-paris1.fr/cesdp/CES-docs.htm>

Wikipedia Addiction : <http://fr.wikipedia.org/wiki/addiction>