

ADDICTION AU QUOTIDIEN OU L'ORDINAIRE DES ADDICTIONS

Pourquoi ce thème du quotidien ? Les addictions se sont banalisées, entend-on souvent dire. La situation change. Et d'évoquer indifféremment l'exemple du cannabis le binge drinking, la déferlante de cocaïne, la généralisation du jeu. Comment comprendre ce « toujours plus » de sensations ? Méconnaissance des dangers des substances, ignorance des risques des comportements ou soudaine mutation de nos cerveaux ? Pourquoi pas ! En choisissant l'axe du quotidien, c'est une autre piste que nous vous proposons de suivre, pour faire l'effort de comprendre ce changement, celle qui s'intéresse à l'impact possible de la mutation sociétale.

Des contenants de moins en moins présents...

Tocqueville a fait de cette question du lien entre évolution des sociétés et comportement de l'individu le cœur de sa réflexion sur le politique. Sa conception est claire : les institutions politiques contribuent au caractère des personnes, l'institutionnel influe sur le type de comportement, les formes sociales impactent les tempéraments.

La notion de « contrôle de soi », par exemple, nécessaire pour une bonne gestion de l'expérience addictive, émerge dans les traités de civilité du XVI^e siècle, ces manuels destinés aux princes. Ils décrivent « l'impératif de retenue », « les limites que l'individu doit observer » quant à son propre corps, par pudeur, respect des autres ou tout simplement pour se conformer au bon déroulement de la vie publique, qu'elle soit religieuse, sociale, institutionnelle.

Au sortir du Moyen-âge, le grand virage de la Renaissance accentue cette tendance à réfréner ses passions, à dissimuler ses réactions affectives. Si le bon plaisir du roi reste central, peu à peu, l'individuel doit se soumettre au collectif... Les mœurs se civilisent, le gouvernement du corps s'intensifie. Cette retenue, ce « gouvernement de soi » s'applique peu à peu à tous et manifeste ses effets dans l'espace et le temps, en y instaurant la séparation des individus, le triomphe des codes et des étiquettes. Cette tendance va aboutir à la fabrication d'un sujet « occidental », marqué par le « contrôle de soi ».

Or c'est bien la mise à mal de ce « sujet contrôlé » par nos sociétés contemporaines qui doit d'abord nous retenir. Nous le savons bien, celles-ci sont individualistes. Elles ont fait le choix du primat de l'individuel sur le collectif. Norbert Elias souligne la conséquence de cette régression du formel : en affaiblissant les règles, les normes de comportement et d'entraide, en changeant le rapport entre les contraintes sociales externes et les auto contraintes individuelles, cette régression met en péril le vivre ensemble. Cet effacement « de la prééminence du social » dans la personnalité contemporaine est pour Marcel Gauchet une des principales raisons du recul du civisme.

En assurant la promotion de la valeur individu, la mutation sociétale fragilise la valeur lien social. L'individualisme a un effet de dé-liaison, de désengagement. « Etre soi-même » devient antagoniste d'« être solidaire ». Le lien à l'autre fait problème : il attache et contraint dans une société qui prône mobilité et réactivité. Cela conduit à une mise en tension du sujet social, entre affirmation de soi et distorsion du lien à l'autre. Notre hypothèse est qu'elle participe pour une bonne part à la « banalisation » des addictions. Car avant de devenir une maladie, la conduite addictive reste une solution du quotidien, un des plus simples moyens de modifier et pacifier sur commande ce rapport à l'autre, avec une apparente économie de temps et de fatigue, l'effet « substance » venant à la place de l'éducation et de l'apprentissage du contrôle de soi.

Une expérience sensible de plus en plus intense...

Mais l'impact de cette mutation sociétale ne se limite pas à l'estompage du lien social et de son effet structurant. Par un effet de vase communicant, elle va libérer un espace/temps pour une expérience sensorielle elle-même objet d'une mutation technique sans pareil, qui va compléter la transformation des processus de subjectivation à laquelle nous assistons.

Walter Benjamin a décrit la hiérarchisation des sens au long de l'histoire. Si le toucher et l'ouïe ont dominé le Moyen-Âge, l'ouïe et la vue écrasent la modernité. Nos médias sont « audio-visuels », notre culture aussi. Elle instaure un flux d'activités continue et intense, sorte de mouvement perpétuel que quelques exemples de l'ordinaire de nos vies suffiront à illustrer. Il y a toujours un écran « visible », sur des appareils de plus en plus « mobiles ». Il y a toujours un son à capter, une info sur laquelle se brancher. Notre époque est celle du Wifi, des mails et des SMS qui arrivent en permanence et que rien n'arrête. Au théâtre, au cinéma, l'intérêt et l'attention sont de moins en moins captés par un scénario, une histoire « à suspens » chronologique, articulant l'attention du présent au mystère du passé et aux promesses du futur, mais par un flux de sensations qu'il faut renouveler à l'infini, dans l'ici et maintenant pour éviter le zapping. D'où la multiplication d'effets spéciaux, de mises en scène crues. Et les récentes interpellations de conducteurs, roulant à pleine vitesse tout en visualisant sur un écran portable des films, dessinent une déconcertante figure de cette absence de limite.

Quels sont les effets de ces « flux sensoriels » ? Comment analyser l'impact de cet « afflux » d'informations, de sons et d'images sur nos vies? Sentir peut-il encore être de l'ordre du sens et du sentiment, sentir peut-il encore s'inscrire dans la durée ? Cette interrogation est au cœur des rapports que l'individu hypermoderne tisse avec l'expérience addictive.

Car ce monde d'activités constantes a une double conséquence. D'abord, rapidité, instantanéité, immédiateté sont contraires à l'alternance entre arrêt et mouvement requis par la perception et la réflexion. Les flux sensoriels occupent le temps et l'espace préalablement dédiés à la pensée. Ils entravent matériellement la capacité de juger. Le sens, y compris ce qui pourrait être le sens d'une vie, est dilué par les sens et les sensations continues, envahissantes, étourdissantes. S'arrêter pour penser, c'est potentiellement « se faire prendre la tête ». Et s'arrêter pour réfléchir, c'est risquer de perdre son temps. Une seconde conséquence se trouve dans la modification de notre capacité d'éprouver des sentiments, des émotions. Pour l'individu contemporain, être soi-même devient synonyme de bouger, se déplacer, ne pas être entravé, ne pas être limité... Ce sujet moderne privilégie la recherche de satisfaction dans le passager, le momentané, l'externe plus que dans la vie interne, l'écoute de soi et de l'autre. De nouvelles valeurs sont ainsi promues : détachement, désengagement, superficialité, flexibilité. C'est le triomphe de la fluidité !

Placé au centre de ce flux sensoriel, l'homme hypermoderne peut, s'il n'y prend garde, voir s'évanouir ses repères et ses limites... Notre époque est ainsi celle de la mise en cause des limites du moi et du corps, de l'espace intime et de l'espace public. Là-encore, l'ordinaire de nos vies en fournit des exemples multiples : « peopolisation » de la politique, émissions de télé-réalité et de radio « adolescente » dans lesquelles des mots crus de l'espace privé et des situations intimes sont utilisés et disséqués dans l'espace public. A leur propos P. Jeammnet parle dans son dernier ouvrage, d'une « effraction de l'intimité » de l'espace psychique. Plus globalement, cette évolution conduit à confondre l'instinctuel et l'individuel et complique le contrôle des instincts. « Se lâcher » devient alors synonyme d'affirmer son identité, ses valeurs !

Ce deuxième axe de la mutation sociétale est en lien direct avec l'expérience addictive : les valeurs d'intensité, d'instantanéité, de perte des limites, de prévalence des sensations qui sont au cœur de son expérience sensorielle sont aussi à la base de la jouissance addictive, et de son expérience centrale, celle de la défoncé. C'est la même chose !!!

Voilà qui renforce notre hypothèse : ce n'est pas tant les drogues qui se banalisent, c'est notre société qui banalise l'expérience addictive, celle des drogues, licites ou non, mais aussi celles des addictions sans produits... ouvrant sur la spirale du toujours plus. Toujours plus de sensations, toujours plus fortes, alimentées par le mouvement même de nos

sociétés, et par un effet de jouissance, qui met le sujet en état passif, captif, « branché sans être engagé, branché car déconnecté » dit le sociologue Zygmund Bauman.

Nos réponses...

Quelles doivent être nos réponses à cette évolution ? Nous ne pouvons en décider seuls, mais nous devons participer au débat qu'une politique des addictions appelle. L'urgence est de repenser une éducation préventive, pour reprendre la formule proposée par Alain Morel dans le livre que nous venons de publier, l'urgence est de promouvoir un « accompagnement thérapeutique », adaptés à cette société de l'individualisme, à ses flux incessants et à l'absence de repères et de limites qu'ils génèrent.

Pourquoi « éducation préventive » et « accompagnement thérapeutique », et pas seulement l'alternance de réponses judiciaire et médicale qui se propose comme une évidence ? Les unes sanctionnent les délits, les autres soignent les maladies. Parce que seule l'éducation met au centre de son travail ce lien à l'autre mis à mal par l'évolution sociétale. Parce que seule l'éducation introduit l'indispensable référence au tiers. Parce que seule l'éducation se préoccupe du bon développement d'un sujet et de la construction de son autonomie au fil des expériences qui scandent sa vie. Les éducateurs, les médecins et thérapeutes, les intervenants sociaux que vous êtes en savent l'importance. C'est l'éducation qui permet que s'établissent les limites et repères, comme autant d'enveloppes successives, pour reprendre la formulation d'Anzieu, que l'homme met autour de sa nature et qui servent à découvrir et à respecter son corps, à rendre possible la vie en société.

Elle ne le fait pas seule, bien évidemment. Dans cette lente et progressive maturation éducative, l'éducateur trouve le renfort de la loi et de ses interdits. Elle vient restreindre le champ des possibles, introduire un principe de modération et de limitation des expériences, et non un illusoire et inadapté principe de précaution. Interdire le téléphone portable en cours ou en conduisant, limiter l'accès à Internet, interdire la vente d'alcool aux mineurs ou en interdire l'usage, interdire la publicité et tenter de limiter l'impact du marketing économique sont autant de mesures différentes qui redessinent un paysage de l'usage. Interdire le tabac dans les lieux publics, en augmenter le prix n'a pas été sans effet. Et l'on ne peut que s'en réjouir ; on peut ensuite s'étonner en constatant que si des espaces fumeurs ont pu être fermés, des espaces joueurs ont été ouverts, augmentant ainsi mécaniquement le lot de nouvelles pathologies sanitaires et de troubles à l'ordre publique. Quelques points en moins d'une part, quelques points en plus d'autre part !

L'interdit légal est donc utile. Et nous ne pouvons que partager cette volonté de contenir l'usage, de limiter l'accès et l'exposition aux substances et comportements jugés dangereux. Mais avec une condition essentielle, une limite fondamentale : qu'elle ne donne lieu ni à exclusion ni à stigmatisation de l'usager, pour que ne soit pas perdu d'un côté ce qui serait illusoirement gagné de l'autre. Pour que soit écarté ce qui fut le scandale de ces morts par OD, l'épidémie du VIH, la marginalisation des « toxicos », quant au nom, déjà, de la volonté sans faiblesse de décourager l'usage, puis de leur « donner la force de dire non », les usagers de drogues illicites furent enfermés dans un ghetto et dans des modes de vie aux conséquences dramatiques compliquant encore plus leur accès au soin.

Ce débat sur la place de la loi versus l'interdit éducatif est compliqué par des préjugés idéologiques que nous devons écarter, pour éviter qu'à une vision romantique des addictions ne succède une vision aussi simpliste que dangereuse. Trois exemples peuvent nous aider à bien placer nos réponses.

En premier, l'intérêt des solutions « pragmatiques », types radars. Leur efficacité est aussi évidente que leur objet est spécifique : ces radars n'ont pas pour but d'éradiquer tout un comportement, l'usage de la voiture, mais de lutter contre des abus mettant en danger autrui. Et ils ne visent pas une expérience addictive, la conduite automobile étant pour la

majorité d'entre nous plus une nécessité qu'un plaisir, même si, il est vrai, la taille et la puissance de l'automobile peut chez certains individus être substitut d'un autre objet et d'une autre puissance...

Deuxième exemple, les réponses « standardisées ». Elles proposent, dans un cycle bien connu des systémiciens, toujours plus de ce qui n'a précédemment pas marché ! Il y eut la mode des « points écoute », jeunes, familles, etc.... un par quartier sensible fut même le ratio retenu à une époque où l'écoute était le paradigme dominant... La tendance aujourd'hui est au « package » pédagogie/punition proposée à l'occasion de stages. Autant de stages que de problèmes : « parents », « citoyenneté », « récupération de points ». Et le petit nouveau, le SS DU PS, littéralement, le Stage de Sensibilisation aux Dangers de l'Usage de Produits Stupéfiants ou plus simplement, le Stage Cannabis dont l'acronyme n'est pas plus séduisant que celui de la CJ2C SPF, la Consultation Jeunes Consommateurs de Cannabis et autres Substances Psychoactives et leur Famille, elle-même devenue « consultation cannabis » !

Il s'agit là d'apprendre, la parentalité, la conduite, la citoyenneté, les dangers et de payer (le stage, les allocations familiales, les amendes et points...). Tout cela peut être utile, quand c'est bien fait, ça l'est parfois. Tout cela peut aider, quand c'est bien pensé et adapté. Et ce n'est pas toujours le cas ! Merci donc à celles et ceux d'entre vous, qui ont su, à partir de notre position critique nationale, dans le dialogue avec leurs interlocuteurs locaux, faire que l'essentiel soit préservé. Des places gratuites sont offertes, et dans un bel effort de participation à la lutte pour le pouvoir d'achat, les prix ont été baissés, on peut trouver des stages à 230-250 euros ; le motif retenu s'est éloigné du seul usage simple, privilégiant, comme pour les drogues licites, un motif en lien avec une infraction autre (fait de violence, conduite automobile) tandis que des aménagements ont permis d'atténuer les restrictions pédagogiques de départ. Même si la moutarde, dijonnaise bien évidemment, a pu monter au nez de quelques-uns, en voyant sur France 2 un sympathique participant d'un des premiers stages dire son plaisir d'avoir pu y éviter la leçon de morale redoutée, tout en gérant son stress rétrospectif en fumant une cigarette, aussi légale que cancérigène. Sur cette question des stages, Monsieur le Président, permettez-moi de vous citer, « le génie local l'a emporté sur l'injonction nationale ». Et c'est bien ainsi !!! Et nous ne doutons pas que le résultat sera à la hauteur des espoirs, quelques points de moins d'un côté, quelques points de plus d'un autre, tout en laissant à ces mesures qui interviennent dans les suites de l'interpellation, la place qu'elles méritent, c'est-à-dire très relative.

Car l'essentiel est ailleurs, si nous voulons vraiment répondre à ce qui est donc moins à une banalisation des addictions, qu'une extension d'une société addictive. Prenons un nouvel exemple : le journal « le Figaro » du 19 mai, puis le Monde du 30 mai, consacre la rubrique éducation de sa page « société » à une expérience qui consiste à demander aux enfants de se passer de télévision, même plus précisément, de se passer de tout écran (télévision, Internet, console de jeu, ordinateur et téléphone) pendant quelques jours. Le but : retrouver la conscience de ce que l'on peut faire dès lors que l'on ne dépend plus du flux d'images. On parle de « désintoxiquer » les enfants, et on évoque les effets positifs : « amélioration du bien-être et de l'humeur des enfants, plus de temps en famille, moins de disputes... ». Rappelons que cette expérience, ancienne au demeurant, a été popularisée après le traumatisant événement impliquant trois enfants de 11 - 12 ans d'une paisible commune des Yvelines. Oui, beau symbole que cet éloge d'une expérience éducative qui reprend un des plus provocateur slogan issu de 68, le fameux « éteignez la télé, elle rend con » !!!... Et peut-être est-ce moins la télé qui est visée par cet « interdit », que ce flux d'excitation sans limite d'une société elle-même sans limite. Et moins « l'interdit légal » qui est réclamé, que la limite éducative qu'il s'agit de restaurer... quant à savoir si nous sommes prêts à en faire une politique éducative, pour le coup, méfions-nous des utopies, car dans les projets qui circulent, il s'agit moins de couper la télé que d'ajouter des coupures, mais elles, publicitaires !!!

Décidément, tout le prouve et nous y ramène : l'action de la loi sociale ne sera pas suffisante. Nous devons donc nous mobiliser pour promouvoir éducation préventive et accompagnement transdisciplinaire, sous peine de voir judiciarisé et médicalisé à l'extrême un espace privé que l'éducation aurait déserté. Car éduquer et accompagner, ce n'est pas simplement retarder la rencontre avec le produit, limiter les flux, punir les coupables et exclure les fautifs. Eduquer, s'est s'intéresser à la place d'un sujet individualisé à l'extrême dans le collectif d'une société. C'est l'accompagner dans la construction de son autonomie, en développant ses compétences pour répondre à sa quête de plaisir, oui, de plaisir comme nous en souhaitons tous à nos enfants, pour répondre à son refus des souffrances et de la douleur, à sa peur du vide et de l'ennui. Eduquer et accompagner, c'est aussi et essentiellement lui donner les moyens de faire avec le monde qui l'entoure en donnant le sens du civisme, c'est -à - dire le souci de l'autre et non la soumission au plus fort. C'est tout ce travail d'aller et retour, de réussite et d'échec que nous accompagnons au jour le jour dans nos consultations, dans les CAARUD, les CSAPA. Eduquer, c'est accompagner l'expérience pour qu'elle prenne sens. Selon la belle formule de François Roustang, même si nous ne sommes pas tous d'accord, nous sommes tous au moins en accord.

Voilà qui nous ramène à ces premiers manuels d'éducation sur le « contrôle de soi » comme condition du lien social. Quels seraient-ils aujourd'hui? Comment les ré-écrire pour nos temps post-modernes? Comment poser cette question du contrôle de soi et de la maîtrise de l'expérience sans la confondre avec une facilitation de l'usage ? L'ANITEA, comme elle l'a toujours fait, souhaite alimenter ce débat, et donc en débattre librement. Les travaux de Laurence Steinberg, utilisés dans la thérapie multimodale qu'expérimente Olivier Phan auprès d'adolescents consommateurs de cannabis, sont à ce titre d'un intérêt évident. De même que des programmes d'aide comme « Quit the shit », du professeur Peter Tossman, que nous avons récemment invité en France en partenariat avec nos amis du Datis. Ou que l'approche intégrative des groupes multifamiliaux dont Jean Michel Delile et Myriam Cassen ont pu illustrer l'intérêt dans les cas d'addiction. Nous avons lors de nos journées 2007, partagé le constat qu'il s'agissait moins de soigner ou de punir l'adulte éducateur, moins de le culpabiliser ou le stigmatiser, moins de l'écouter et de le comprendre que de le qualifier et de l'aider à développer des compétences et des savoirs faire adaptés au contexte sociétal.

Cette question traverse le quotidien de notre travail. Dans la prévention, dans l'intervention précoce autant que dans l'accompagnement thérapeutique. Elle illustre le débat entre volonté de préserver un large accès aux TSO, condition de leur efficacité au regard du VIH et du VHC, et volonté de contrôle, pour en limiter le mésusage et parfois le trafic, débat dont s'est emparé le groupe TSO de la commission addiction. Nous en ferons aussi le thème de la commission santé de l'ANITEA pour l'année 2008, avec l'ambition de faire évoluer des pratiques professionnelles encore trop hétérogènes.

Nous retrouvons cette même question éducative dans le travail des Communautés thérapeutiques comme dans celui des Centres Thérapeutiques Résidentiels, offrant un temps dédié à l'apprentissage de nouvelles façons d'être au monde et une volonté d'agir par/pour l'insertion, et qui rappelle que la santé ne saurait se réduire à son seul versant médical.

Et c'est pour cela que la réduction des risques va bien au-delà de l'indispensable lutte contre les maladies transmissibles. Elle est aussi cette reprise du lien social que proposent les acteurs. Elle est cette présence autant accompagnante que confrontante dans l'espace festif. Elle est au centre de l'accompagnement transdisciplinaire, de l'éducation à la santé, et même de l'éducation à l'injection selon la formule qu'a portée Martine Lacoste. Cette question est donc indissociable de la place faite aux usagers, à la prise en compte de leurs compétences et expertise. C'est le sens de l'invitation faite aux associations ASUD, SOS Hépatite, Narcotiques Anonymes, et Vie Libre pour en débattre avec nous.

Mais il est temps de conclure :

Les addictions ne changent pas, ce sont nos sociétés qui changent et nous changeant, les addictions ne font que continuer de refléter le délicat lien qui nous relie au monde.

Les addictions sont et restent une question de santé, et les troubles à l'ordre public qu'elles peuvent générer n'en sont qu'une des conséquences qui ne saurait à elle seule en surdéterminer les réponses.

Voilà, Monsieur le Président pourquoi nous nous inquiétons de voir la prévention trop souvent réduite à des interventions centrées sur la loi et les dangers des drogues ou à la seule prescription de comportement « idéaux », sans se poser la question des moyens nécessaires pour qu'ils puissent être intégrés et incarnés.

Voilà pourquoi, Monsieur le Président, nous attendons que le prochain plan soutienne les éducateurs, parents et autres, dans leur action ; C'est-à-dire qu'il n'en fasse pas de simples auxiliaires de justice, mais des acteurs éducatifs à part entière, capables de transmettre le sens d'une expérience, de transmettre l'envie d'être au monde, pour en construire les limites dans le respect de soi et de l'autre.

Voilà pourquoi, nous attendons, Monsieur le président, que ce plan triennal conforte les soignants dans leurs missions de santé, leur donnant les moyens d'accompagner un usager dans la progressive reconstruction de son rapport au monde et à lui-même, en utilisant sans restriction aucune les apaisements de la science médicale, la complémentarité des thérapies, et les pratiques de RDR.

Mais peut être est-ce une utopie, une vraie, relevant d'une politique de civilisation, et non d'un plan...

Alors en attendant, toutes et tous, dans l'ordinaire de notre travail, dans le quotidien des usagers, nous tentons de préserver le propre de l'humain, cet insaisissable qui nous fait vaciller entre sens et désir, entre plaisir et douleur, entre ambition et raison et que le monde de l'hyper - modernité met à mal.

Ce vacillement fait de l'addiction une expérience bien humaine, où l'on se perd parfois mais que l'on traverse aussi, pour y trouver le bon usage d'un monde éternellement changeant, pour y vivre l'émotion d'une expérience à nouveau partagée...

Jean-Pierre COUTERON
29èmes Journées de l'ANITEA, Nîmes 2008