

Adolescents et dépendances

Petit guide à l'usage des professionnels confrontés à des adolescents en situation à risque : médecins de premier recours, pharmaciens, médiateurs scolaires, infirmières scolaires, éducateurs spécialisés, juges des mineurs, services sociaux, responsables de police, service des tutelles, ...

L'adolescence est une période de grands remaniements autant physiques que psychiques. Dans cette phase se développe entre autres le risque d'abus de substances et de développement de conduites addictives. Ceci, d'une part, parce que le développement normal de l'adolescent s'accompagne d'expérimentations, de prises de risque à différents niveaux avec une vulnérabilité accrue, particulièrement au développement de comportements d'abus ou de dépendance. D'autre part, les difficultés que comportent l'apprentissage de l'autonomie et le développement d'une identité propre nécessitent un sentiment de sécurité interne, qui, quand il fait défaut, expose le sujet aux conduites addictives.

L'appréciation d'un trouble lié à un abus de substance ou à une dépendance est par conséquent délicate pour la population de cette tranche d'âge. Le dépistage précoce des troubles et l'intervention ciblée qui peuvent en découler nécessitent donc une bonne connaissance des enjeux et avatars de l'adolescence. Si ceux-ci peuvent être l'expression d'une crise adolescente bruyante, ils peuvent aussi être les signes annonciateurs d'une problématique psychiatrique/relationnelle

Tenant compte de ces considérations, ce petit guide évoque des pistes que des professionnels peuvent suivre, l'important étant de ne pas rester seul face à un adolescent en difficulté, mais bien de travailler dans une dynamique de réseau où les points de vue des uns et des autres peuvent amener une réponse cohérente et la plus adaptée possible.

L'entourage de l'adolescent peut se poser plusieurs questions :

- Jusqu'où laisser l'adolescent faire différentes expériences, à partir de quand faut-il s'inquiéter et intervenir ?
- L'adolescent vit-il un processus normal ou doit-on s'inquiéter du développement d'une pathologie ?
- Comment intervenir, établir le premier contact, motiver l'adolescent à une prise en charge ?
- Quelles sont les ressources extérieures auxquelles il est possible de se référer ou de faire appel ?

° **Quels signes devraient alarmer l'entourage de l'adolescent ?**

Signes d'appel :

Il n'y a pas de liste exhaustive de signes d'appel, souvent c'est un ensemble de signes qui devrait alerter l'entourage. La relation interpersonnelle est la plus importante pour sentir qu'un adolescent part à la dérive.

- Plaintes somatiques (maux de ventre, de tête...) entraînant un absentéisme à répétition.
- Décrochage scolaire, déscolarisation
- Perte de poids importante
- Troubles du sommeil, anxiété, dépression, troubles de l'alimentation.
- Signes de scarification sur les avant-bras
- Isolement, repli, perte des investissements habituels.
- Somnolence en classe, états d'euphorie inhabituels
- Consommation solitaire
- Consommation quasi quotidienne, association de plusieurs produits.
- Troubles du comportement (fugues, vols, bagarres..) associés
- Prises de risque, accidents à répétition.

° **Quels devraient être les premiers contacts avec l'adolescent en difficulté ?**

Dans un climat d'empathie, d'écoute et de confiance (éviter les attitudes moralistes et autoritaires), il s'agit surtout, dans un premier temps, d'entendre ce qu'il peut dire de ses difficultés et de réfléchir avec lui aux changements qui pourraient être apportés à sa situation.

En cas de nécessité, le professionnel doit pouvoir recevoir le conseil de personnes plus spécialisées (voir les numéros de téléphone à la fin du fascicule), ou même pouvoir leur référer l'adolescent à risque. Il est toujours préférable que l'adolescent puisse être partie prenante d'une telle démarche.

° **Et avec les parents ?**

Il est important de pouvoir faire part de la situation aux parents. Pour cela, le contact devrait être préalablement préparé avec l'adolescent. Si une rencontre est organisée dans le cadre de l'école, la présence du médiateur, de l'infirmière scolaire et/ou du directeur est souhaitable ; l'intervenant le plus significatif pour l'adolescent devrait être en tout cas là.

°Comment procéder en cas de problème d'abus de substance ou de dépendance avérée ?

Voici une liste d'éléments permettant d'évaluer la situation afin de mettre en œuvre les moyens adaptés pour aider l'adolescent en difficulté.

Si la situation le nécessite, la démarche peut être soutenue par les conseils d'un spécialiste (Centre médico-psychologique, Trans-AT, Contact, cf adresses à la fin de ce fascicule...) à qui l'adolescent et sa famille pourront, selon les cas, être référés.

A toutes les étapes, s'assurer que l'adolescent puisse être partie prenante du processus.

1. Faire le point avec l'adolescent lui-même

Evaluer :

a) l'état physique, l'équilibre psychique, la dynamique familiale, l'environnement (scolaire en particulier).

b) les consommations elles-mêmes : nature des produits, quantité, fréquence, circonstances, effet recherché.

c) les conséquences des consommations : scolarité, famille, entourage social, argent, accidents.

2. Faire la liste des personnes ressources de l'adolescent

3. Nommer les dangers potentiels

4. Informer la famille et évaluer ses ressources

5. Mettre en place un soutien, que ce soit avec le médecin de famille ou un centre plus spécialisé

6. Envisager une hospitalisation qui pourrait, dans un premier temps, calmer la situation

Quelques points importants pour orienter sa réflexion :

- Au delà d'une expérimentation normale, les prises de risque de l'adolescent ne sont souvent que la pointe de l'iceberg, l'expression d'un malaise ou de problèmes plus profonds.
- On ne peut pas toujours attendre les appels à l'aide de l'adolescent, celui-ci fait rarement une demande explicite ; il faut parfois anticiper sa demande et lui proposer un soutien.
- L'écoute et le soutien de l'entourage sont essentiels lors de l'émergence de ces difficultés. Ils sont déterminants pour le devenir de la personne. Malheureusement, parfois, la famille est souvent découragée, culpabilisée et épuisée, par conséquent peu encline à détecter ou apprécier les problèmes de l'adolescent.
- Les mécanismes de prise de risque et de dépendance sont analogues non seulement pour les substances psychoactives illégales, l'alcool et le tabac, mais aussi pour le domaine du jeu (chez les adolescents principalement les jeux informatiques) et des comportements de boulimie / anorexie.

- De quoi s'agit-il ?
 - d'une consommation récréative / expérimentale.
 - d'une consommation excessive pouvant entraîner des conduites à risques (problèmes physiques dans des consommations importantes, comportements sexuels à risques, décrochage social, tentative d'automédication).
 - de signes marquant le début de la dépendance (préoccupation pour la substance ou le jeu prenant le pas sur toutes les autres activités).
- La distinction drogue licite / drogue illicite est peu opérante dans la compréhension des consommations, c'est surtout le mode de consommation et le cumul des différents produits qui doivent être pris en compte
- L'appartenance à un groupe est importante dans le développement de l'adolescent, et constitue un élément de bonne santé psychique. Si elle peut favoriser la consommation de produits, elle n'est cependant jamais seule en cause.
- Entre banalisation et dramatisation, où se situer ? Les adolescents qui consomment de l'alcool ou des drogues ne développent pas tous une problématique liée à ces produits. Il convient donc de ne pas dramatiser une situation, mais il ne faut jamais perdre de vue que les habitudes de consommation et la dépendance s'acquièrent à l'adolescence.

Exemples de consommations courantes chez l'adolescent

Cannabis

Assez classiquement, il s'agit d'un des premiers produits expérimentés à l'adolescence avec l'alcool et le tabac. Dans les dernières dix années, sa consommation a nettement augmenté chez les jeunes et l'âge d'entrée dans la consommation a baissé. Le produit lui-même est devenu beaucoup plus fort (teneurs en THC augmentées) Si la majorité des jeunes en reste au stade de l'expérimentation ou de l'usage récréatif, il ne s'agit pas de banaliser cette consommation. L'âge d'entrée précoce et les manifestations concomitantes de mal être sont des facteurs de mauvais pronostic. Les risques sont divers : conduite dangereuse de véhicules, troubles neuropsychologiques (manque de concentration, mémoire, ...) et en cas de consommation fréquente et prolongée, risque de désinvestissement au niveau scolaire et professionnel et de marginalisation. Dans quelques cas isolés, chez des individus fragiles, il peut être un facteur favorisant l'éclosion d'une pathologie psychiatrique (attaques de panique, psychose, ...).

Alcool

En dehors du tabac, il s'agit d'un des premiers produits rencontrés par l'adolescent, un des plus accessibles, le produit dont l'abus est fréquent. Sa consommation passe souvent inaperçue ou est banalisée car associée à la convivialité et à la fête. Les adultes qui eux-mêmes ont un certain

déni de leurs propres consommations auront d'autant plus de peine à aborder celles des adolescents dont ils ont la responsabilité. Comme pour le tabac, les pressions publicitaires sont énormes. Le développement important de la consommation des alcopops (boissons alcoolisées sucrées et gazeuses) est préoccupant car ils prédisposent à une consommation massive avec assimilation très rapide de l'alcool.

... et psychostimulants

Consommés principalement lors d'occasions festives, il s'agit d'une multitude de molécules chimiques diverses (la plus connue étant l'ecstasy ou MDMA) qui permettent d'oublier sa fatigue, de danser jusqu'au bout de la nuit et qui donnent le sentiment d'être en harmonie avec son environnement. Leur consommation a fortement augmenté depuis le milieu des années 1990 et les consommateurs semblent être de plus en plus jeunes. Leurs usages sont fortement banalisés alors que les dangers à moyen et long terme sont encore mal connus avec une très probable neurotoxicité provoquant des troubles cognitifs et de l'humeur et des phénomènes de vieillissement précoce. Consommés essentiellement par voie orale, ils posent le problème de l'identification de la substance et des produits de coupage ainsi que de son dosage. Si la plupart des usagers sont bien insérés socialement, les psychostimulants peuvent provoquer des décrochages brutaux.

Adresses de contact :

Trans-AT Delémont

Rue de la Brasserie 18, 2800 Delémont

Tél : 032 421 80 80

info.delemont@trans-at.ch

www.trans-at.ch

Trans-AT Porrentruy

Rue Elsaesser 2, 2900 Porrentruy

Tél : 032 466 87 66

info.porrentruy@trans-at.ch

Contact Tavannes

Rue H.-F. Sandoz 26 (bâtiment du Terminus, 50 m de la gare), Case postale 61
CH-2710 Tavannes
Tél. : 032 481 15 16
info@fondation-contact.ch
www.fondation-contact.ch

Centre médico-psychologique enfants et adolescents,
Faubourg des Capucins 20, 2800 Delémont
Tél. 032 420 51 80

Service de pédopsychiatrie (SPP) - service psychologique pour enfants et adolescents (SPE)
Rue du Moulin 2a, 2740 Moutier
Tel. 032 493 27 78

Service de pédopsychiatrie (SPP) - service psychologique pour enfants et adolescents (SPE),
Rue du Rüschi 6, 2502 Biel/Bienne
Tel. 032 323 34 54

Des sites internet de référence se trouvent sur :

- www.beju-addiction.ch
- www.sfa-isp.ch
- www.prevention.ch
- www.infoset.ch

Forum :

www.ciao.ch

D'autres liens se trouvent sur le site www.beju-addiction.ch

