

Un modèle d'évaluation et de compréhension des comportements de dépendance

Par François Querry

Le D^r STANTON PEELE, psychologue et avocat, reconnu au plan international pour ses idées en ce qui a trait à la dépendance, a présenté un atelier d'une journée sur cette problématique lors du Congrès de l'Ordre des psychologues. Le conférencier avait comme invité M. Jean-Pierre Rochon, psychologue qui fit une courte présentation sur la cyberdépendance.

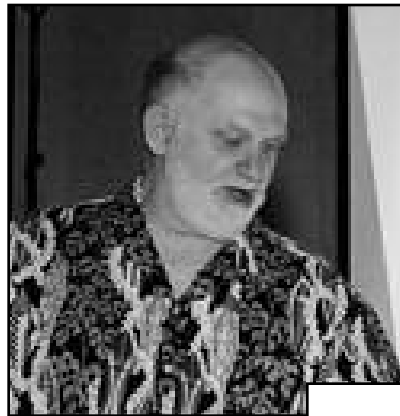
Convaincu et convaincant, le D^r Peele tenait tout d'abord à abattre les stéréotypes qui risquaient de subsister dans cette salle bien remplie au sujet des dépendances. Par quelques exemples clairs, le conférencier a démontré l'inutilité de « pathologiser » la personne aux prises avec une dépendance. « En plus d'être inutile, cette forme d'étiquette limite le client », dit-il. Le D^r Peele nous propose donc un modèle de la toxicomanie et de la dépendance intéressant mais qui ne fait pas nécessairement l'unanimité.

Selon le D^r Peele, la dépendance n'est pas réductible à la pharmacologie ou à la biologie, pas plus qu'aux mécanismes neurochimiques. Elle ne se limite pas à certaines drogues reconnues dans la société pour leur pouvoir addictif. La dépendance ne s'explique pas non plus en isolant les facteurs physiques et psychiques. Finalement, la dépendance, ajoute-t-il, ne se limite pas aux drogues.

La dépendance, selon le D^r Peele, c'est avant tout la relation entre une personne, une situation et une expérience. En ce qui concerne la toxicomanie, la dépendance n'est pas créée par le psychotrope en tant que tel. Elle est plutôt causée par l'effet que produit le psychotrope sur une personne donnée qui tente de faire face à sa réalité interne et externe. C'est à l'expérience que fait vivre le psychotrope que l'on devient dépendant. L'effet recherché gèle les angoisses, mais dimi-

nue la capacité à faire face à la réalité. Ainsi, de jour en jour les simples préoccupations deviennent tourment et alors le psychotrope devient le seul exutoire.

Stanton Peele s'insurge contre la vision du *disease model*; il propose plutôt un *life process program*. Le conférencier donne quelques exemples pour démontrer les différents points de vue de ces approches. La différence majeure est que l'une est centrée sur une



D^r Stanton Peele

maladie dont il faut éradiquer les symptômes, et la voie pour y parvenir est uniformisée; l'autre est centrée sur l'individualité de la personne en question et sur l'expérience subjective que lui fait vivre le psychotrope. Voulant démontrer la souplesse de son approche, le D^r Stanton Peele nous pose la question : « l'individu doit-il se conformer au cadre ou bien le cadre doit-il épouser les particularités et les capacités de l'individu? » Le D^r Peele propose 12 questions clés autour desquelles peut s'articuler la thérapie. Il n'est pas difficile de percevoir le clin d'œil fait au programme conventionnel en 12 étapes mis en place par les Alcooliques anonymes.

Comme on peut le constater, cette approche valorise le potentiel de l'individu. Elle recherche les forces et tente de les exploiter au profit des buts que la personne s'est fixés à l'intérieur de

sa réalité. Ainsi, Stanton Peele encourage le travail hors institution. Cela permet à la personne d'expérimenter ses nouveaux acquis. Le D^r Peele est ferme; quelle que soit la chose à laquelle l'individu est dépendant, celle-ci apporte des gratifications. Il faut donc trouver des alternatives gratifiantes réalistes qui sont en harmonie avec le bien-être de la personne et de son entourage.

Dans un domaine qui peut paraître bien loin de la toxicomanie, la cyberdépendance n'est pourtant qu'une autre forme que peut prendre le large concept de dépendance. Jean-Pierre Rochon, M. Sc., psychologue influencé par l'approche de Stanton Peele, s'inscrit comme pionnier au Québec quant à ce phénomène relativement nouveau. Le conférencier invité a expliqué que la dépendance affective et la compulsion sexuelle seraient les deux facteurs principaux nourrissant une telle problématique. Par la suite, il énumère quelques statistiques surprenantes sur le sujet. Il y aurait pratiquement parité entre hommes et femmes dans l'utilisation abusive du cyberspace et/ou de l'ordinateur si l'on considère les différents types d'utilisation (affectif, sexuel et ludique). Selon une extrapolation des résultats d'une recherche américaine, près de 180 000 Québécois seraient cyberdépendants. En ce qui a trait aux traitements, ils sont aussi rares que la recherche dans ce domaine. Ce fut une conférence stimulante présentée par un professionnel qui a gardé confiance dans le potentiel de celui qui demande de l'aide. Avec ce modèle élargi de la dépendance, Stanton Peele pose des questions, fait réfléchir et ouvre de nouveaux horizons. Ce modèle s'inscrivant parfaitement bien dans le souffle nouveau de la réduction des méfaits, il est aisé de croire que cette approche continuera à faire des petits à travers le monde. ■

François Querry est étudiant en psychologie à l'Université de Montréal.