

www.filsantejeunes.com

3224

ou depuis portable : 01 44 93 30 74*

Anonyme et gratuit tous les jours de 8 h à minuit

*Coût d'une communication ordinaire



Les actes du colloque Fil Santé Jeunes 2009

**Adolescence et dépendances :
consommations ou rituels ?**

Introduction à la journée

Philippe Jeammet est professeur de pédopsychiatrie à Paris-V, ancien chef du service de psychiatrie de l'adolescent et du jeune adulte de l'Institut Mutualiste Montsouris et président de l'Ecole des parents Ile-de-France. Il est l'auteur de nombreux ouvrages sur les adolescents tels que « *Evolution des problèmes à l'adolescence. L'émergence de la dépendance et ses aménagement* » écrit en collaboration avec Maurice Corcos, « *Adolescences. Repères pour les parents et les professionnels* » en collaboration avec Alain Braconnier et « *Anorexie – Boulimie. Les paradoxes de l'adolescence* ».

Intervention

L'être humain est structurellement un être d'addiction, car nous sommes les seuls êtres vivants à avoir conscience de nous-mêmes. Ceci repose sur le développement de notre cerveau : nous nous voyons. Le développement du langage et d'une civilisation très individualiste fait que tout cela va croissant : nous sommes conscients d'être conscients de nous-mêmes.

Si nous avons cette conscience de nous, nous voyons aussi que cela ne va pas durer : pour être nous, il faut être différent des autres.

Cette contradiction est un paradoxe fondamental de l'humain que l'adolescent se charge de nous révéler avec beaucoup de force : « Comment être moi-même si je dois être le clone de mes parents ? Je suis conscient qu'il me manque toujours des choses, il faut que je me nourrisse de ce que je n'ai pas. Cette nourriture me rend alors dépendant des autres. »

L'être humain connaît des réactions émotionnelles de défense lorsque son territoire ou son être est mis en danger. Pour nous, le danger n'est pas seulement extérieur. Nous sommes un cheval de Troie avec notre besoin et notre désir de nous compléter de l'autre. Il faut que l'autre vienne nous compléter puisque toujours quelque chose nous échappe, et heureusement, c'est ce qui fait notre créativité, notre souffrance. « Plus j'ai besoin de l'autre, plus je lui donne un pouvoir sur moi », plus nous sommes en confiance, plus nous sommes dans le doute et plus l'attente de l'autre devient une menace.

L'originalité des troubles psychiatriques, c'est un peu comme la capacité que nous aurions d'utiliser les défenses immunitaires, pourtant censées nous protéger, contre nous-mêmes comme dans les maladies auto-immunes. Nos désirs mêmes sont vécus comme une menace pour notre équilibre : « j'ai été déçu, je deviens moi-même l'acteur de ma déception en ne croyant plus à rien ».

Il faut alors retrouver une forme de maîtrise : redevenir agent de sa vie, ne plus attendre comme une loque que quelqu'un s'occupe de soi.

Alors, toutes ces drogues, c'est l'adolescent qui « choisit » de les prendre, sans se rendre compte qu'elles vont le rendre encore plus dépendant – d'autant qu'il va y avoir des effets biologiques et qu'il va entrer dans une dépendance qui fait que plus il se sent mal, moins il peut accepter que les autres s'occupent de lui parce que ce serait trop en dépendre.

Consommation ou rituel ? Beau titre... La consommation actuelle des jeunes remplace des rituels par une fuite. Le rituel était organisé par les adultes pour répondre à cette dépendance fondamentale, à cette attente des plus jeunes.

L'épreuve du rituel permet l'intégration dans la société des adultes elle permet d'en devenir un. Les rituels, ce sont les jeunes entre eux qui les proposent. Au fond, ils vont à la rencontre d'eux-mêmes. Mais, à défaut de rencontrer des adultes, ils se tapent la tête comme des enfants carencés contre les murs de la société. La violence du contact vient suppléer l'échec d'une rencontre d'homme à homme avec les adultes.

Il y a nécessité à retrouver un dialogue existentiel, non paralysé, hors de la langue de bois. Un dialogue pour leur dire, qu'en tant qu'adulte, nous n'aurons pas le pouvoir de les empêcher de se détruire : sur ce plan, ils seront toujours les plus forts mais que ce n'est pas ce qu'ils veulent. On a envie de les guider, de leur faire rencontrer des personnes disant : « On est là, on ne se substitue pas à vous, mais on ne sera pas complice de ce qui vous abîme ».

Dans ce monde d'experts, où chacun doit faire attention de ne pas empiéter sur le territoire de l'autre, les lignes téléphoniques comme Fil Santé Jeunes et Jeunes Violences Ecoute doivent devenir des lieux de contact. Grâce à leur anonymat, elles sont hors de la relation de pouvoir.

Mais nous restons tous confrontés à la dépendance, puisque la vie c'est l'échange avec les autres. Le problème est : est-ce que l'on peut en faire quelque chose de créatif ? Il faut prendre le risque de la déception quand on veut réussir...

Aux adultes de retrouver un langage qui ne soit pas : « C'est pas bon pour ta santé » mais « C'est le contraire de ce que tu voudrais ».

TABLE RONDE N° 1 : COMMENT CONSOMMENT-ILS ?

Jeunesse ordinaire, consommation extraordinaire

Thierry Morel est sociologue, co-auteur avec Marie-Xavière Aubertin de l'étude : « *Chronique ordinaire d'une alcoolisation festive. Les 16-21 ans. No limit ! Nos limites ?* ». A la demande de la Direction de la Jeunesse, de l'Education Populaire et de la Vie Associative (DJEPVA) – du Haut commissaire à la jeunesse, l'Ecole des Parents et des Educateurs Ile-de-France a élaboré avec l'Inserm une enquête qualitative rapportant ce que disent les jeunes entre 16 et 21 ans et les professionnels qui les entourent, à propos de la recherche d'une ivresse rapide par les jeunes. Thierry Morel, sociologue a mené cette enquête auprès de 8 associations agréées « jeunesse et éducation populaire ».

Intervention

Au départ, il a fallu produire un verbatim sur le Binge drinking : alcool festif a été proposé.

Ce terme de « binge drinking », nous ne l'aimions pas, rien ne semblait lui correspondre sur nos terrains d'enquête, il échappe en effet à toute définition homogène et chacun le remplissait de ce qu'il voulait y trouver.

Beaucoup de jeunes et de professionnels ne le connaissaient pas, butaient sur sa prononciation et ne constataient pas d'observations sur le terrain.

Voici quelques précisions sur l'enquête : nous avons rencontré une vingtaine de professionnels de la jeunesse, issus de l'éducation populaire et travaillant au quotidien avec des jeunes de 14 à 21 ans et une trentaine de jeunes issus de tous les milieux : zone urbaine, centre-ville, quartier, zone rurale. Il n'y a pas de visées exhaustives. L'étude s'appuie sur les usages et les pratiques. Elle veut recueillir des paroles d'adultes et de jeunes sur la consommation d'alcool. Nous n'avons pas cherché à opposer ces deux regards qui ont plus de consonances que de dissemblances.

Les résultats de nos « no limits » : deux regards, inquiets et raisonnables.

Le verbatim des adultes montre la construction d'un discours spontané autour de la publicité « jeunes et alcool ». Le thème appartient à leur champ professionnel, il est parlé, beaucoup.

Les professionnels associent les termes « jeunes » et « alcool » à « problème », « inquiétant », « alarmant », « de plus en plus jeunes », « de plus en plus tôt ». Aussitôt après, les professionnels justifient ce choix de termes avec des arguments psychologiques, sociologiques, anthropologiques, voire quantitatifs.

Pour certains professionnels, alcool est égal à point de passage obligatoire entre enfance et âge adulte, pour d'autres, c'est culturel : la région produit... L'aspect psychologique est aussi évoqué en lien avec le mal-être, la crise d'adolescence, les transgressions, l'ennui mais aussi la démission des parents, la pression scolaire ou sociale.

Nous retrouvons les mêmes thématiques chez les jeunes qui ont complètement intériorisé nos savoirs et nos croyances.

Après l'avoir qualifié de problème alarmant, les professionnels tenaient un deuxième discours et disaient que ce n'était pas si inquiétant que ça, pas nouveau, qu'il ne fallait pas dramatiser... et cela à grand renfort de souvenirs de jeunesse, d'où l'ambiguïté de la position d'adulte.

Le problème, ce n'est pas la consommation d'alcool, mais l'excès. Or les limites ne sont pas posées alors que c'est leur existence qui détermine l'excès. Il y a un « bien boire » et un « mal boire » faits de règles morales implicites.

La morale n'est jamais loin de la consommation d'alcool par les jeunes. L'adulte en appelle à la raison : « tu peux boire, mais pas trop ».

Le jeune est décidé à atteindre l'excès raisonnablement, sans se perdre totalement.

Il y aurait donc chez les jeunes un goût de l'excès contrôlé qui n'est pas forcément, comme les adultes le pensent, celui de la défonce.

Que nous apprennent les jeunes ? Ils se sont montrés extrêmement favorables à la démarche et à la logique du chercheur et de l'enquête contrairement à pas mal d'adultes qui se sont montrés très fuyants par rapport à leur propre consommation d'alcool.

Nous n'avons rencontré dans cette enquête qu'un seul jeune abstinent, se définissant comme tel mais par tempérance, c'est-à-dire des bières de temps en temps : ici, ne pas boire, c'est ne pas boire excessivement.

Tous parlent de leur pratique sans inflation excessive. Voici dix ans, le discours était bien plus romancé, avec une inflation dans la consommation et dans le récit de celle-ci. Ils en parlent aujourd'hui de façon banale, sans frimer et n'insistent pas non plus sur leur augmentation de consommation ou le roman de la beuverie.

Ce verbatim auprès des jeunes a été organisé autour de cinq axes :

- ce que les jeunes disent de l'alcool, de la fête, racontent aux parents inquiets qu'ils protègent,
- comment ils le disent, le vocabulaire employé : se torcher, être déchiré, se mettre minable
- ce qu'ils disent sur les risques et la prévention qu'ils trouvent nulle
- l'apprentissage des effets : gérer, durer jusqu'au matin, loin du Binge drinking
- les limites des jeunes et la gestion de celles-ci.

Ils sont au courant, connaissent les récits des médias : les fêtes qui tournent mal, ce ne sont pas les leurs. Ils trouvent que les adultes s'inquiètent trop et sont durs par rapport à l'idée de la pression scolaire. Ils refusent la sinistrose qui pèse sur l'image de la jeunesse et pointent les paradoxes de la

société de consommation : beaucoup parlent des prémix vendues dans les grandes surfaces pour les adolescents alors que la vente d'alcool est interdite aux mineurs.

Nous leur avons demandé de raconter leur dernière soirée. Il s'agissait pour tous d'une grosse soirée dans les dix derniers jours, une fête qui promet des excès. Ce sont des soirées privées, l'alcool provient des grandes surfaces.

La bière est la première consommée, et elle échappe aussi à la pure fonction sociale de l'alcool : c'est la seule boisson alcoolisée que les jeunes disent aimer boire.

Ils associent alcool et fête. L'alcool sert à se lâcher, à se rencontrer, à parler. Se lâcher aussi jusqu'au débordement, jusqu'à « vomir ses tripes ». Ils cherchent à limiter ce passage obligé, notamment en utilisant les informations sur la protection des risques : boire de l'eau, manger, etc...

La prévention permet de continuer à boire. Les jeux, shooters, cat, pyramides, font du lien.

Si les jeunes réfutent tous les discours sur la prévention, ils sont marqués par leurs années collège et font appel aux phrases choc.

La prévention routière est intégrée et intériorisée par cette jeunesse : boire ou conduire... C'est le seul interdit de l'enquête, moins à cause de la peur du gendarme que de la protection. Même lorsqu'ils dorment sur place, deux ou trois capitaines de soirée éviteront des débordements qui pourraient être fatals. Il est possible de parler d'excès raisonnable : ils condamnent l'alcool au quotidien, le boire seul, le boire le jour, au volant... Mais l'excès lui même est souvent valorisé.

Ils savent très bien différencier les messages virtuels et conceptuels de la prévention qui s'oppose à leurs savoirs pratiques et pragmatiques de ces expérimentations festives. L'alcoolique, c'est toujours l'autre, l'adulte, le vieux qui boit le jour, tout le temps. Ils se réassurent par la définition de ce qu'ils ne veulent pas être.

Au terme de cet exposé, les mots du boire :

- Les jeunes associent presque systématiquement alcool et fête. Lâchage hors de toute présence d'adultes, sauf les alcooliers bien présents.
- L'ivresse est associée chez les jeunes à des valeurs positives : rencontre, mixité, parole. Il faudrait les encourager chez les jeunes au delà de tout produit facilitateur.

Le mot de la fin : la mise en pratique d'un néologisme « vigiler ». Vigiler ce serait rester dans la pose observation/action, porter attention à l'autre pour réagir sur le terrain même de la fête et de l'alcoolisation massive, face à un public jeune qui change lui très rapidement.

CE QU'ILS EN PENSENT, DANS QUEL CONTEXTE ?

Marie Choquet est épidémiologiste, psychologue et directrice de recherche à l'**INSERM** (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale). Elle est membre de plusieurs comités scientifiques, en particulier de l'**OFDT** (Observatoire Français des drogues et des toxicomanies), de l'**INPES** (Institut National de la Prévention et de l'Education pour la Santé), l'**IREB** (Institut de Recherches scientifiques sur les Boissons), **Fil Santé Jeunes**, la **Fondation Wyeth**. Elle dirige depuis plusieurs années les enquêtes « **ESPAD** » en partenariat avec l'**OFDT** et l'Education Nationale.

Elle est l'auteur de nombreux ouvrages sur les conduites addictives, de rupture ou suicidaires des adolescents et dirige de grandes enquêtes sur la santé des jeunes depuis trente ans.

Intervention

Le Binge drinking est une construction, face au long drinking, tenir toute la nuit. Le registre n'est pas celui de la morale, mais celui de la description. Les jeunes ont compris que le Binge drinking fait des soirées courtes, alors que le Long drinking fait des soirées qui durent. Si ces choses-là ne sont pas comprises, il n'est pas possible de s'inscrire dans une action de prévention.

L'enquête ESPAD internationale soulève une question : les petits français sont-ils si terribles que ça ?

Et d'autre part, l'enquête IREB porte sur la consommation et surtout sur son contexte : ils ne boivent pas n'importe quoi n'importe quand, et de façon peut-être plus contrôlée que ce que l'on croit.

L'évolution de la consommation compare ce qu'il se passait voici quatre ans et maintenant. A la question : « Ont-ils bu au moins une fois durant le dernier mois ? » les français avec 64% ne sont pas en tête. Danois (80%), anglais (70%) et tchèques (76%) sont bien devant, mais les suédois (44%) et les finlandais (48%) consomment moins que nous.

Mais une augmentation sensible se remarque en France. Entre 2003 et 2007, nous sommes passés de 58% à 64% en 4 ans comme au Portugal passé de 48% à 60%. En Hongrie par contre non. En 2003, 56% des jeunes déclaraient avoir bu au moins une fois le dernier mois pour 59% en 2007. En Finlande, 54% en 2003 et 48% en 2007.

Quant-à la consommation régulière : il est facile de repérer que tous n'ont pas une consommation régulière. La France est plutôt dans la moyenne, même s'il y a aussi une augmentation de cette consommation régulière. La tendance n'est pas générale : il n'est pas possible d'affirmer que les jeunes boivent de plus en plus, ce n'est pas aussi systématique.

Concernant la consommation d'alcool pur lors de la dernière occasion de boire à 16 ans en Europe : nous sommes plutôt dans un pays raisonnable par rapport aux danois et aux anglais. Les garçons français ont bu 4.2 cl d'alcool pur et les filles 2.7 cl contre 6.9cl pour les anglais et 5.7 cl pour les anglaises.

Chose intéressante : en Suède et en Finlande, les jeunes qui sont des consommateurs peu réguliers, ne sont pas les plus gros consommateurs lorsqu'ils consomment. Les danois et les anglais les dépassent nettement. Aujourd'hui, on peut dire que le vrai problème d'alcool se pose dans ces deux pays, et que la France est plutôt en queue de peloton.

La différence entre garçons et filles existe : au nord les filles sont près des garçons au niveau de la quantité consommée alors que dans « nos pays » les garçons sont plus consommateurs et cette différence ancienne n'a pas autant tendance qu'on le dit à se résorber : elle persiste...

La répétition : tous les comportements sont diabolisés, mais au fond ce n'est pas tout à fait la même chose d'avoir un comportement et de le répéter. Les statistiques habituellement n'étudient pas ce point : on utilise des seuils différents selon qu'on parle d'ivresse ou de consommation ce qui donne l'impression que lorsqu'un jeune boit, c'est pour être ivre.

C'est loin d'être le cas.

En étudiant les jeunes qui ont bu une fois dans le mois et ceux ayant bu au moins trois fois, certaines choses peuvent être mises en évidence.

En regardant l'ivresse avec la même échelle de quantité et de temps, on n'est pas dans la même proportion. Une proportion non négligeable a été ivre durant le mois, mais cette ivresse toutes les semaines dont on parle comme d'une évidence, serait au maximum de 3%. Si ces 3% sont assimilés à 100%, on va avoir l'idée de toute une jeunesse qui boit beaucoup pour être ivre.

Sur le contexte de consommation, sociologues et épidémiologistes se rejoignent. Il a été demandé aux jeunes s'ils ont bu à la dernière occasion d'un certain nombre d'activités typiques : aller au café (34% des jeunes ont alors consommé de l'alcool), se balader avec des amis (2% des jeunes), recevoir des amis (23%), participer à une fête entre amis (53%), aller au restaurant (36%), les fêtes de famille (53%). Voyez la proportion de jeunes qui ont bu la dernière fois qu'ils ont eu cette activité.

Boire est une activité sociale : amis, famille, fête, rave party, bal populaire, restau avec parents, café... le café n'est pas le lieu préférentiel.

Il y a des situations où on boit peu : 2% au théâtre, 1% pour le cinéma, 1% pour l'église, 7% pour les activités associatives, 1% pour « faire du sport », 17% pour jouer à des jeux d'argent, 5% pour les jeux de rôle, 5% pour les jeux vidéo. La vidéo est peu l'occasion de consommer de l'alcool, alors que ce cliché est persistant. Ils ont envie de boire quand ils sont avec les autres. Quand il s'agit de regarder la TV (6% des jeunes consomment alors de l'alcool), surfer sur Internet (1%) et téléphoner (2%) : on ne boit pas. Donc, on ne boit pas dans n'importe quelle situation, l'alcool est contextualisé.

La baisse de la recherche d'ivresse : s'il y a augmentation de ceux qui sont ivres de façon répétée, pour les garçons à partir de 21 ans on constate une baisse de la recherche d'ivresse, comme si cette recherche était liée à l'adolescence.

Les filles sont nettement moins consommatrices que les garçons – mais pour d'autres indicateurs, médicaments, dépression, trouble du sommeil, les filles sont en tête : il y a moult façons d'exprimer des choses.

Le vécu de la première ivresse : elle est plutôt positive, rire, détente, gaîté arrivent en tête. Les effets négatifs sont beaucoup moins cités : malade (surtout les filles) même s'il y a eu frayeur, déprime, perte de connaissance, problèmes de rapports sexuels subis, gestes déplacés... Même lorsqu'ils ont une expérience négative, ils vont rechercher tout de même l'ivresse après : faire peur avec de mauvaises expériences ne change rien.

Tout cela a à voir avec la vie de groupe et l'intégration. C'est à rappeler lorsque l'on parle de l'alcoolisation chez les jeunes.

La moyenne des verres consommés à la dernière occasion met en avant le fait que l'on ne boit pas la même quantité selon la situation. La situation plus favorable, c'est la fête entre amis. On boit moins en boîte. S'il s'agit d'aller au restaurant, famille ou amis, on boit un peu moins. Quant à voir ou recevoir des amis, ce n'est encore pas tout à fait la même chose.

Le test AUDIT permet de mesurer si des jeunes sont dans la consommation sans problème, dans l'abus ou dans la dépendance. Car dans une population de 15-24 ans, 4% peuvent être considérés comme dépendants, et relèvent du soin psychiatrique.

Dans des situations semblables, les dépendants boivent plus.

C'est la situation qui induit la consommation. Si une personne a déjà un problème avec l'alcool, dans les mêmes situations qu'une autre, elle va boire beaucoup plus. Fête entre amis : 3,8 verres en moyenne, dépendants : 12 verres. C'est pareil pour les sorties « en boîte », recevoir et voir des amis. Même avec la famille, les dépendants boivent plus même s'ils ne boivent pas autant que dans d'autres situations, cela à cause du contrôle parental. Se lâcher jusqu'à l'excès se fait plus en présence de pairs que d'amis.

Donc, pour ce type de situation, il y a un intérêt à la présence d'adultes. Or, elle n'est pas tellement utilisée comme moyen de prévention.

Une remarque (connue) sur la poly consommation : les jeunes qui boivent et surtout ceux qui boivent beaucoup fument et le tabagisme n'est pas un comportement si ordinaire que ça quand on fume du tabac, du cannabis, voire autre chose. Il n'est pas possible de dire que durant une soirée bien arrosée, il ne va pas y avoir de cannabis. Mais si l'on n'a pas de prise sur les producteurs de cannabis, on en a une sur les producteurs d'alcool.

Est-ce que c'est l'alcool qui va être ciblé parce qu'on a des « coupables », ou le problème va t'il être pris dans sa globalité ? Je pense que la question va « imbiber » la journée.

TABLE RONDE N° 2 : LES DEPENDANCES AUJOURD'HUI

COMMENT CA MARCHE

Jean-Pol Tassin est directeur de recherche à l'**INSERM**. Il dirige un groupe de recherche au sein de la chaire de Neuropharmacologie du Collège de France, à Paris. Dans ses travaux, il propose un concept nouveau sur l'origine neurobiologique des processus addictifs. Sa recherche porte sur le découplage des systèmes noradrénergique et sérotonergique.

Intervention

Comment ça marche ? Pas seulement l'alcool, mais les drogues et comment ces substances peuvent, chez certaines personnes, devenir un problème dont elles ont du mal à se débarrasser : celui de la pharmacodépendance.

Pour un neurobiologiste, le cerveau comporte des entrées sensorielles, un traitement de l'information et des sorties qui peuvent être motrices, ou psychiques. C'est dans ce passage entre l'entrée sensorielle, la perception et la sortie que les choses se jouent. Sur le plan neuronal, les sorties psychiques et motrices sont du même ordre.

Le phénomène est compliqué. Au départ, le cerveau contient 100 milliards de neurones, chacun fait de 1000 à 10 000 contacts avec d'autres neurones, et chaque neurone fabrique des molécules, les neurotransmetteurs, qui lui permettent de communiquer. Chaque neurone libère une molécule et celle-ci fait communication entre le neurone émetteur et le neurone récepteur. Lorsque l'on travaille sur les drogues, on cherche à comprendre leur action. Il y a eu un petit miracle pour les neurobiologistes : voici 20 ans, il a été découvert que toutes les drogues déclenchant de la pharmacodépendance chez l'homme libèrent l'un de ces neurotransmetteurs, la dopamine.

Second indice, nous avons tous, en tant que mammifères, un circuit de la récompense : plusieurs structures du cerveau sont reliées et, lorsqu'elles sont stimulées, elles nous indiquent que nous allons bien même si tout va mal.

La dopamine libérée stimule le circuit de la récompense.

Ça paraît très clair : les drogues libèrent la dopamine, celle-ci stimule le circuit de la récompense, la dopamine donne alors du plaisir et de la satisfaction. C'est pour ça que les hommes prennent des drogues.

Mais pourquoi certaines personnes ont-elles besoin de continuer à prendre des drogues ? Pourquoi d'autres s'arrêtent ? A quoi correspond cette addiction ?

La terminaison des dendrites, le bouton dendritique du neurone, contient des vésicules qui ont ces fameux neurotransmetteurs à l'intérieur. Ils vont être libérés à l'occasion d'une information venant du corps cellulaire du neurone qui va venir se précipiter vers les terminaisons qui vont alors libérer les neurotransmetteurs. C'est à ce moment que le message va passer. C'est ce que font les drogues, elles ont l'air de provoquer la libération de la dopamine.

Je me résume : vous avez une terminaison avec un corps cellulaire et ici une terminaison avec les vésicules. A l'annonce d'une information venue du neurone émetteur, les vésicules se précipitent et la dopamine va sur le récepteur en face. Un des points importants, c'est que pour que la dopamine ait un sens, il est important que dans les millièmes de secondes qui suivent, elle soit éliminée pour que chaque train puisse avoir une occasion de transmettre une information. Donc dès que la dopamine a rejoint son récepteur, il faut l'éliminer par un système de recapture qui va la remettre à l'intérieur de la terminaison dont elle vient.

La cocaïne agit sur ce mécanisme. Elle vient boucher le système de recapture. C'est la baignoire. Vous fermez le siphon, le niveau de dopamine augmente dans la synapse, les récepteurs sont plus stimulés et par conséquent le circuit de la récompense est stimulé et il y a plaisir. Idem pour l'alcool, le tabac, pas tout à fait de la même façon, mais le principe est le même. La dopamine se répand un peu partout dans le système nerveux central et quand elle va être libérée, si elle tombe sur le circuit de la récompense, il y a satisfaction.

Il y a une expérience tout à fait extraordinaire : celle d'un singe dont on enregistre les neurones à dopamine. Il a dans la bouche un cathéter avec du jus de pomme aléatoire. La goutte de jus de pomme entraîne une récompense qui fait que l'activation des neurones dopaminergiques peut être enregistrée. Cette goutte arrive de façon aléatoire et entraîne cette activité dopaminergique. Wolfram Schultz a pensé à donner la goutte de jus de pomme une seconde après avoir allumé une lampe rouge. Progressivement, ce n'est plus la goutte de jus de pomme qui entraîne l'activation des neurones à dopamine, mais c'est la lumière rouge. Une seconde après, quand arrive le jus de pomme, il ne se passe plus rien. Cela veut dire que le cerveau a pris l'habitude de repérer les signaux qui annoncent une récompense. Si la récompense n'arrive pas, les neurones à dopamine s'arrêtent dans les 250 ms qui suivent. Et là c'est la frustration. Pénible.

Pendant un temps, on a pensé que le toxicomane avait l'annonce de la récompense, l'activation, puis pas la récompense. Ce qui provoquait un état de manque... Sauf que le jus de pomme n'est pas toxicomanogène, et ce n'est pas parce qu'on a du plaisir qu'on tombe dans une situation de dépendance. On pensait que c'était le plaisir qui était la cause de la dépendance. C'est faux. La drogue permet d'éliminer toutes les informations négatives qui disent que ça ne va pas.

Le terme addiction – du latin « ad-dicere » - désigne la réduction au statut d'esclave d'une personne incapable de rembourser sa dette. En vieux français être addict signifiait qu'il fallait rembourser ses dettes. Le mot est passé en Angleterre, etc.

La question est donc : dans le cas de l'addiction moderne, et pour suivre l'étymologie, quelle dette a été contractée ? A quoi correspondent ces dettes ? Ce sont les dettes de plaisir, il faut rembourser le produit qui nous a donné du plaisir en continuant à le prendre.

Cela permet d'avoir une idée claire, mais fautive, de ce qu'est l'addiction, car l'addiction est un processus exceptionnel. Ce n'est pas parce qu'on a du plaisir qu'on va devenir addict. La sexualité n'entraîne pas forcément de dépendance. Le tabac donne peu de plaisir mais a un grand potentiel addictif.

Pour comprendre ce qui se passe, il faut avoir une idée du fonctionnement du système nerveux central : à la fois une transmission d'information et un autre système qui module ces informations – qui décide à tout moment quelle est la structure qui est importante pour pouvoir répondre à ce qui est en train de se passer.

Les entrées sensorielles vont vers le cortex, et simultanément avec ces entrées existe un système de modulation, qui a lieu avec la noradrénaline et la sérotonine, chargé de traiter l'information et de lui donner un sens. En fonction de ce sens, des informations redescendent vers la dopamine, qui décide en fonction de l'information des structures corticales ou sous corticales qui doivent répondre au sens des entrées sensorielles. Si vous écoutez quelqu'un, vous n'utilisez pas les mêmes structures que si vous courez dans les bois.

En fait, avant d'arriver à la dopamine, il y a tout un processus de traitement de l'information qui passe par des modulateurs (noradrénaline et sérotonine) qui ont des fonctions différentes et sont très sensibles à toutes les drogues. La noradrénaline fait réagir à un cri brutal, à l'événement invraisemblable, il faut prendre une décision : « Je pars en courant ou non ? ». La noradrénaline

augmente la vigilance par rapport au milieu extérieur. Elle nous pousse aussi vers l'extérieur et à avoir des désirs.

Dans ces circonstances la sérotonine réagit elle aussi mais empêche la noradrénaline de partir n'importe où. Elle est là pour protéger le système nerveux central contre tous les événements inhabituels. Elle diminue le rapport signal/bruit. Les deux éléments de ce couple se contrôlent mutuellement.

Les drogues accélèrent l'activité de ces deux coureurs de fond et de sprint, petit à petit le fait qu'il y ait accélération du processus fait que le couplage se défait. Les deux deviennent autonomes. Quelqu'un poussé vers l'extérieur n'a plus rien pour contrôler l'impulsion. C'est ce découplage qui semble responsable de la dépendance et a effectivement lieu avec l'alcool, le tabac, la cocaïne, la morphine...

Ce couplage n'existe pas à la naissance, les neurones noradrénergiques et sérotoninergiques sont à peine développés. Ils démarrent leurs arborisations. Le couplage se met en place pendant le développement. A l'adolescence, certains auront un couplage solide, et la prise de drogue ne va pas les découpler, et d'autres, qui ont vécu une histoire un peu difficile, seront fragilisés et il suffira de très peu de produit toxicomanogène pour entraîner le découplage et la dépendance. Nous cherchons des mécanismes capables de recoupler ce processus.

Le THC ne découple pas en tant que produit, il est très peu addictogène en tant que produit pur, mais on le prend souvent avec de l'alcool ou du tabac qui eux, sont de bons découpleurs.

Ce qui crée le couplage, c'est l'interaction avec l'environnement. Le bébé interagit avec sa mère. Il y a une solidité ou pas qui vient de l'histoire. La stabilité émotionnelle de l'enfant va être un élément de la solidité ou de la fragilité du couplage. On ne l'a pas démontré mais on peut le dire... Les dépendants ont une histoire, les cliniciens l'ont remarqué.

JUSQU'A PLUS SOIF ?

François Marty est psychologue, psychanalyste, professeur des universités Paris-Descartes. Il a, entre autre, participé à l'écriture de l'ouvrage de référence « L'adolescence aujourd'hui », il est le coauteur avec Patrice Huerre de « Alcool et adolescence. Jeunes en quête d'ivresse ».

Intervention

L'adolescence est une expérience de la vie, capitale, qui se produit alors que l'enfant qui devient pubère est confronté à un certain nombre de réaménagements et de transformations de l'intérieur et avec son environnement.

Les adolescents, contrairement à ce que l'on dit, ne sont pas tous violents et dépendants, mais sont des êtres confrontés à des expériences de vie aux limites. Ils cherchent dans leurs propres expériences et leur confrontation avec les adultes les limites de leur propre intériorité.

La grande affaire de l'adolescent, c'est de trouver un point d'équilibre entre la dépendance et l'autonomie.

La dépendance est une situation ordinaire de tout être vivant, confronté au besoin qu'il a de la présence d'un autre. La question est de savoir à quelle distance se tenir de cet autre dont on a besoin pour à la fois être en relation avec lui et ne pas trop en dépendre.

L'autonomie est ce point d'équilibre qui permet d'organiser un système de relation équilibrée. C'est au moment de l'adolescence que se remet en jeu grande nature la question de l'autonomie et de

la dépendance. Ce n'est pas pour rien que les adolescents constituent une population particulièrement sensible au problème de l'addiction.

Observons que la dépendance des adolescents est multiforme : dépendance au cannabis, affective, sexuelle, aux jeux vidéo, à Internet, au téléphone, à l'alcool... Y a-t-il un point commun ? Oui, pas du côté du produit, mais de la disposition psychique. Ici, les psys ont quelque chose à dire et à travailler.

Tout n'est pas déterminé par le jeu des interactions avec l'environnement, mais il y a un rôle éminent dans l'élaboration des processus internes neurobiologiques et psychologiques. Cette variété des formes de la dépendance nous l'observons, réelle et accrue, chez des jeunes d'âges très différents.

Dans la clinique, beaucoup d'adolescents présentent des formes de dépendance à des degrés divers, mais il s'agit d'une caractéristique commune qui lie cette population. Beaucoup de ceux qui viennent nous voir pour reconstruire des aires d'expérience qui ne soient pas prises dans l'aliénation du lien à l'autre présentent des formes diverses de dépendance.

Sur le plan psychopathologique, il est clair que la quête du plaisir est un élément qui entre en ligne de compte, mais nuancée par le fait qu'il ne s'agit pas d'une quête libre, mais sous contrainte. Le propos qui accompagne cette dépendance est : « J'arrête quand je veux, je contrôle ». Donc, comment maîtriser une expérience singulière et parfois quasi-traumatique dans les transformations de la puberté, comment contrôler des pensées un peu folles, cette expérience de l'excès : Ils ne le savent pas. Leur « libre choix » est le produit d'une contrainte interne.

Ce n'est pas simplement une consommation, mais une habitude dont il est très difficile de se défaire, et qui rend compte justement d'une force interne qui pousse vers la recherche de stimulations, qui favorisent la perception au détriment de la représentation psychique. L'excitation présente à ce moment de la vie va chercher un apaisement dans la consommation de divers produits, pour l'essentiel euphorisants ou anesthésiants.

Le binge drinking n'est peut être pas la réalité décrite par les médias, c'est peut-être une construction. S'ils disent de leurs beuveries : « L'idéal c'est de durer », en fait il y en a beaucoup qui tombent. Ils ont surestimé leur capacité de contenance, en alcool et au sens psychique du terme, c'est à dire pouvoir supporter la violence de la rencontre, qui représente un danger narcissique, celui du refus et de la déception à éviter par tous les moyens, en particulier en s'assommant. On a évité le risque du rejet, mais il faudra bien se risquer à la rencontre de l'autre, à l'échec mais aussi au plaisir.

Comment changer en restant le même, et comment se défaire des investissements trop narcissiques pour tolérer d'être affecté par l'autre parce que c'est la condition du lien. Plus facile à dire qu'à faire... La consommation de produits vient se prendre dans ce piège de l'illusion de la toute puissance : on maîtrise tout. En réalité, le secret de cette histoire, c'est d'accepter de ne pas trop contrôler.

La prise de produit est-elle une pseudo latence ? Oui, car une vraie latence permet l'expérience de la séparation, du lien à l'autre dans l'autonomie. La prise de toxique est un écran de fumée, une illusion d'autonomie qui fait faire l'économie de l'angoisse de la séparation.

Finalement, il est possible de se demander si la massivité des expériences de dépendance à l'adolescence n'a pas un rapport avec ce qui préfigurerait la dépression. Il y a risque d'un effondrement dépressif avec la traversée de ces expériences, toujours à la limite de la

dépersonnalisation. La dépendance est peut-être un moyen de se protéger contre le risque de dépression consécutive à cette séparation qu'il faut pourtant affronter pour devenir un adulte.

TABLE RONDE N° 3: SOIF D'EXCES

LES PREMIERS PAS

Marie Le Fourn est psychologue clinicienne et socio-anthropologue. Elle travaille dans une unité spécialisée pour adolescents ainsi qu'avec des enfants et des familles migrantes dans un CAMSPS. Elle s'intéresse notamment aux rapports que les jeunes entretiennent avec les liquides et plus particulièrement avec l'alcool et les boissons énergétiques.

Intervention

Les adolescents regardent sur Facebook ou sur les blogs deux spots sur le Binge Drinking. Le premier a été critiqué pour ce qui est de la prévention ou de la non prévention... Il reprend le fait que le risque est une fascination à l'adolescence, dans une société où le risque est valorisé. Adolescent, si vous racontez que vous revenez d'un week-end chez vos grands parents ou si vous racontez que vous avez fait vous avez fait du bungee (saut à l'élastique), vous ne ferez pas le même effet.

A partir d'un travail sur la représentation des boissons, il est possible de remarquer que parents, adolescents et cliniciens n'évaluent pas le risque de la même façon. Une vignette internet circule sur la bière Heineken comme solution à la pendaison. Difficile d'imaginer la souffrance extrême de la tentation du suicide et sa résolution par la boisson. Ce que les adolescents trouvent drôle dans ce spot, c'est comment le jeune arrive à ouvrir la bouteille comme ça, juste avec ses dents. A cet âge, il y a une fascination du risque, de l'autodérision, l'émission Jackass en est un témoin...

Boire... L'ivresse, comme dit François Marty, permet d'éviter de rencontrer l'autre. L'alimentation liquide permet la rencontre. Par exemple : les nouveaux voisins vont être invités à l'apéritif – à boire.

Dans ce rituel phatique de sas de rencontre, il devient possible d'évaluer l'autre, de regarder si ça passe. Si la rencontre se fait, on propose un « vous prendrez bien autre chose », vous rajoutez du saucisson, vous ouvrez une bouteille de rouge, du fromage... Vous solidifiez la rencontre. Dans le liquide, quels que soient les modes de liquide, que ce soit un vernissage ou un vin d'honneur, on vous dit bien que vous n'êtes pas invités au repas de famille. Ce sas de rencontre, ce n'est pas par hasard si les adolescents l'utilisent : ils ont besoin de rencontrer.

Le pire pour un adolescent est de rester coincé chez ses parents. Rencontrer l'autre dans ce processus d'évaluation permanente lui permet de savoir qui il est...

Les marketeurs travaillent les packagings et les vêtements. Les boissons énergétiques font leur marketing pour les alcooliers, mais ceux-ci ne l'ont pas forcément cherché. Ils sont même devenus moralisateurs sur leurs sites.

Les energy drinks véhiculent des signes tournant autour de la sexualité, de la virilité et allant jusqu'à la toute puissance, à l'extrême, à l'immortalité. Tout est d'ailleurs dans le panel d'extrême, et on peut voir leurs spots sur les chaînes du câble de conduite ou de sport à risque.

Dans le spot consacré à l'energy drink « burn », on voit un homme et ses conquêtes. Il passe d'un appartement à un autre où il retrouve une fille comblée. Mais qu'est-ce qu'il a pris en plus pour ne pas se souvenir ?

Ainsi, toutes les energy drinks vendent des rencontres, avec l'alcool et avec l'autre. C'est le primordial du liquide.

Les jeunes disent que s'ils ne boivent pas, ils ne peuvent rencontrer les autres et ça peut les exclure du groupe. Boire rend plus fort et fait « penser ». Un jeune de quatrième dit : « J'avais préparé une fête d'anniv sans alcool, la menace était que les copains ne viennent pas ». Ils ont trouvé des stratégies, un a trouvé une bouteille de lait, l'a remplie d'alcool... « Ils se sont arrangés... ». Culturellement l'alcool et la fête sont associés.

Après 17 ans, les boissons fortes du type « vodka gin rhum » se trouvent en mix des energy drinks ou des sodas. Les boissons alcoolisées, offrent des promesses d'imaginaire, de créativité, d'audace, qui ne ciblent d'ailleurs pas que les jeunes.

L'immortalité touche l'ensemble des breuvages et rejoint ainsi la quête inconsciente du processus pubertaire.

Depuis quelques temps les adolescents transportent avec eux des boissons accessoires, des faire valoir. Ils les gardent à la main, dans des packagings et avec des symboles pensés pour eux.

La Despé Red a un anneau vert de transport. Elle ne se renverse pas. Pour le transport, les cannettes sont refermables. Elle se dégoupille, et se voit dans le noir par phosphorescence. Elle est prisée par les filles et collectionnable sur eBay.

La Dark Dog, présente des coloris jaunes très appréciés par les adolescents. Le symbole de l'interdit du tag et du chien agressif sont très présents affichant un style « scato dégoulinant ».

La boisson Bomba Energia, maintenant en plastique et en verre, existe depuis 7 ans, elle est très recherchée, collectionnée et s'achète en ligne.

Les energy drinks au goût de bonbon masquent le goût de l'alcool et permettent d'avoir longtemps « la patate »... Et de boire beaucoup plus.

Il y a par exemple des représentations de cannabis sur les récipients.

Sur le marché, il y a une energy drink HIV, une Desperado à déshabiller. On peut faire des liens avec une rencontre éphémère.

La consommation de ces boissons permet de mettre l'adulte à distance, l'adolescent se met à part, ne va pas devenir exactement le « vieux », donc on ne va pas consommer les mêmes produits que lui.

Il arrive fréquemment que les ados portent des éléments de packaging : chaussures, blousons, épaulettes. Il existe par exemple un sticker Heineken à porter sur un téléphone portable.

Il y a des sucettes à la vodka, scorpions et vers, on est dans le « cap ».

Aujourd'hui se développent des sites où les jeunes créent leurs propres pubs. Les communicateurs les récupèrent. Elles sont assez crues et assez loin de nos représentations.

La plupart du temps, en quittant l'adolescence, les jeunes quittent leurs collections liées à l'alcool et au packaging.

Pour conclure, ces liquides ne sont pas très consommables pour les adultes qui disent : « Je préfère un verre de rouge ». Des adolescents, à qui était proposé un verre de rouge, ont réagi ainsi :... « J'ai repéré une petite affiche : moi je bois pas d'alcool, je bois pas de rouge. »

L'adolescent veut mettre à distance l'adulte et cherche à se construire dans ce qu'il cherche d'original.

Rappelons-nous cette phrase de Bernard Scholt : « L'alcool est un anesthésique qui permet de supporter l'opération de la vie. »

RISQUER QUOI ?

David Le Breton est sociologue et anthropologue, professeur des universités, à Strasbourg. Ses axes majeurs de recherche sont les représentations et les mises en jeu du corps humain qu'il a notamment étudiées en analysant les conduites à risque. Il a publié de nombreux ouvrages tels que « L'adolescence à risque », « La peau et la Trace. Sur les blessures de soi », « En souffrance. Adolescence et entrée dans la vie ».

Intervention

L'entrée dans les prises de risque s'inscrit dans le continent anthropologique inépuisable des conduites à risque.

Le risque ne peut en aucun cas être enraciné dans un cadre de santé ou de vie. D'un point de vue anthropologique, le risque pour l'identité est plus lourd à assumer que le risque pour la santé ou la vie. Ainsi dans nombre de circonstances, ne pas boire, c'est déroger aux attentes du groupe et passer pour le bouffon : une mort sociale. On sait combien, surtout chez les garçons, les conduites à risque sont surdéterminées par ces logiques de défi où il n'est pas question de se dérober. Mieux vaut « mourir » que de perdre sa place à l'intérieur du groupe, donc du monde.

J'ai toujours défendu la thèse que les conduites à risque sont une forme de résistance, une manière de résister à des souffrances déjà là, enracinées souvent dans des histoires familiales, d'inégalité de privilèges dans la fratrie, de maltraitances parentales, sexuelles notamment, qui alimentent la déscolarisation, les scarifications, l'anorexie ou autres. Mais la conduite à risque peut intervenir hors de ces cas car il y a une part de mystère dans les histoires de vie.

Pour moi, les conduites à risque sont des formes de résistance, de « vivre » plutôt que de suicide. Si 800 à 1000 adolescents se tuent chaque année en France, vous avez entre 40 000 et 80 000 tentatives de suicide. Dans les autres classes d'âge, la proportion n'est pas la même. Il s'agit de se défaire pour les adolescents d'une souffrance qui leur colle à la peau.

Les conduites à risque, pour l'anthropologue, sont des épreuves personnelles que les jeunes s'infligent, pour tester leur légitimité à exister dans des sociétés où les formes de transmission sont mises à mal. Il devient difficile d'être parents d'adolescents, on a inventé la catégorie nouvelle « parents d'ados ».

Que transmettre à nos enfants, à nos élèves ? Le sentiment de confiance dans le monde est profondément ébranlé par le contexte néo-libéral.

Les jeunes dans les conduites à risque vont chercher par eux-mêmes une réponse à travers une ritualisation personnelle et intime, passant par l'affrontement avec un certain nombre de grandes figures anthropologiques :

- L'ordalie : demander à la mort une réponse sur le sens de sa vie, là où le lien social a été impuissant à la donner. Les jeunes disent que la société est pourrie et nulle... Pour continuer à vivre il faut chercher ailleurs une légitimité : se mettre dans une situation difficile et, à travers la survie, arracher une réponse ferme et radicale.
« J'ai été dans la main de l'ange » est un oracle fulgurant.
- Le sacrifice : il s'agit d'accepter de perdre une part de soi-même pour sauver le tout. Si l'ordalie est un rite privé du tout pour le tout, il s'agit ici de payer le prix de l'existence, de faire la part du feu, de se faire mal pour avoir moins mal : scarifications, attaques au corps.
- La dépendance : une manière de remplacer l'incertitude du monde par la fixation sur un objet, un comportement, une situation pour conjurer cette incertitude au monde.

Celle-ci se retrouve dans d'innombrables sociétés humaines qu'il s'agisse d'allumer un cerge, rite privé intime de conjuration, ou d'alcoolisation qui vous montre sous un jour négatif.

De la part de l'individu, il y a là une volonté de contrôle de quelque chose de soi qui lui permet de contrôler quelque chose du monde dans une sorte d'étayage mutuel. C'est une accroche au monde et un moyen de se sentir réel et vivant, et simultanément de disparaître de soi, de ne plus avoir de compte à rendre ni de porter le fardeau d'être soi pour les jeunes dont il est question aujourd'hui. Une fixation « par corps » plutôt qu'une élaboration « par sens » d'un rapport au monde. Lorsque le sens vient à manquer, toujours le « corps » prend le relais, par attaque ou dépendance. Recherche du produit, recours régulier à l'alcool, scarification pour simplifier la vie. C'est une solution à la souffrance.

- La blancheur : un mot que je privilégie, un mot « Duras » soit la suspension... Effacer toutes les contraintes de l'identité comme avoir un nom, un visage, une histoire, être inséré dans un état civil, un voisinage, avoir des comptes à rendre. Nous sommes responsables de ce que nous sommes mais il y a des moments où l'on n'en peut plus d'être soi. Où l'on voudrait disparaître de soi, être une grande figure du moment, de Beckett à Auster ou Jarmusch, Wenders, Herzog, Kitanu, Murakany, des personnages sans passés ni avenir pris par fragments de leur vie. Leur succès est dû au fait que nous nous reconnaissons en eux. Les pratiques de coma, fulgurantes de ces dernières années seraient-elles celles de « teens qui veulent disparaître » ?

Pour conclure, Il peut être avancé qu'il y a un renversement des pratiques d'alcoolisation : on est passé des pratiques de virilité classiques – montrer qu'on tient l'alcool, en vrai mec – alors qu'il faut maintenant tomber dans le coma le plus vite possible. Plus ludiquement existent les jeux d'asphyxie et la recherche de la syncope quelques secondes durant.

Le vertige et sa quête : les pratiques de blancheur sont marquées par l'anesthésie du sens à travers une fulgurance de la sensation (alcool, flash) et l'anesthésie où l'on n'est plus soi-même.

TABLE RONDE N° 4 : QUAND CA BASCULE

DU NORMAL AU PATHOLOGIQUE

Jean Chambry est pédopsychiatre, psychanalyste, praticien hospitalier à la Fondation Vallée et conseiller clinique à l'EPE-Ile-de-France. Il est responsable d'une unité d'accueil d'urgence pour adolescents et d'un centre de consultation en lien avec le CHU de Bicêtre. Il est entre autre spécialisé dans les troubles alimentaires et les troubles des conduites. Il est également chercheur à l'INSERM U669 sur les problématiques du corps à l'adolescence.

Intervention

Normal et pathologique... Voici la question que toujours les parents nous posent. Pourquoi quand certains à la sortie de l'école vont rencontrer le cannabis, cela fera partie d'expériences sans entrer dans une conduite répétée d'addiction, c'est ça la question.

Il faut vraiment distinguer la question de la prise de risque qui fait écho au processus d'adolescence, de l'entrée dans ce que l'on va appeler une pathologie addictive. Quels sont les modèles qui vont aider à penser autour de cela ?

Il y a la question de la recherche de sensations, il faut garder en tête qu'il n'y a pas d'adolescence sans puberté.

Il ne faut pas confondre des conduites d'opposition avec le processus d'adolescence qui est beaucoup plus complexe que le fait de se distinguer de l'adulte.

La puberté, sa difficulté est qu'on ne se dit pas : « tiens demain, je commencerais bien ma puberté ! ». Quelque chose s'impose dans le corps, il échappe et trahit. L'enfant avait peut-être fini par trouver sa place dans sa famille ou sa classe, mais quelque chose qu'il ne maîtrise pas se passe dans son corps, ce qui donne, à l'adolescence, un vécu au corps très particulier. L'enfant-adolescent doit se confronter à la sexualité adulte, avec des organes sexuels matures.

On retrouvera chez l'adolescent ce besoin d'avoir l'illusion de retrouver la maîtrise du corps, et le corps sera au centre de pas mal de comportements, comme si on pouvait se dire « c'est moi qui suis maître de mon corps, alors que ce corps m'a obligé à des transformations pour lesquelles je n'étais pas forcément prêt psychiquement ».

On voit bien que ce processus oblige à changer de place. La proximité qui était possible avec les parents l'est moins, parce que la sexualité prend de la place, fait revivre des fantasmes incestueux insupportables, et dans ce travail de désengagement naît la question de « qui je suis ? ».

C'est une question fondamentale, spécifiquement humaine et qui traverse tous les âges : celle de la représentation de soi. « Ce que je pense de moi est plus important que la réalité de ce que je suis. »

Toute sa vie, on s'étaye sur ce qu'on pense de soi. Cette représentation se construit. On ne naît pas avec. Le révoltant, c'est que cette construction de soi dépend du regard des autres. Toute sa vie, selon comment on a été regardé, on va porter quelque chose de ce regard à l'intérieur de soi. Ces regards sont multiples mais, tout au long de l'enfance, on va les intérioriser, avec peut-être la capacité de se désengager du regard des autres et, à l'adolescence, c'est là que, pour une des premières fois, on va commencer à faire confiance à la représentation de soi.

Qu'est-ce qu'on attend d'un adulte ? Qu'il soit responsable de ses actes, de sa parole, et qu'au fond il s'étaye sur une représentation de lui-même indépendante du regard des autres, même si celui-ci demeure important.

A l'adolescence, au contraire, on interroge beaucoup le regard des autres parce qu'on se questionne sur qui on est.

Tout intervient dans cette représentation de soi : les facteurs socioculturels, ce qui est renvoyé comme message identificatoire... Si le cannabis est une valeur adolescente, en consommant du cannabis, je me sens adolescent. Dans une société à l'idéal de minceur, le malaise psychique va chercher des réponses dans les modèles culturels et ça participe à l'irruption de l'anorexie mentale.

Le rôle du groupe est très important dans cette quête identitaire. Le rôle des modèles parentaux est également important, avec le risque des identifications négatives. Si on lui dit « tu picoles comme ton père », pour se sentir le fils de son père, il investit la notion.

A l'adolescence, surgit le fantasme d'auto-engendrement : la volonté de se créer soi-même pour se dégager de l'influence parentale dans la construction de soi.

Le goût de l'interdit apparaît, afin de tester les limites, pouvoir se séparer, prendre de la distance avec le modèle adulte...

C'est en conséquence très important que la parole de l'adulte soit cohérente. Dans mes consultations, je rencontre des parents qui sont en grande difficulté pour tenir et poser ces limites avec souvent la difficulté à assumer cette distance générationnelle. « Je ne veux pas que tu fumes ! ». Pas simple si on fume soi-même, mais ça peut s'assumer : « ma responsabilité d'adulte est de te protéger des conneries que je m'inflige ».

Le temps de l'agir, des expériences, pour se trouver et se construire, c'est l'adolescence. Il faut se construire des outils à partir de ce qui préexistent : bases narcissiques, bases identitaires. Il faut apprendre à canaliser son agressivité, à supporter la frustration... Tout ça permet d'avancer et d'intégrer dans son adolescence la question de la sexualité.

La prise de risque fait partie de cette expérience de l'adolescence. Le problème c'est quand la représentation de soi est très faible et négative. L'adolescent a alors le sentiment de ne pas avoir « les bonnes choses » pour devenir un adulte avec des qualités.

Là, ça devient très difficile d'être en relation avec les autres. Si l'on pense qu'on n'a rien à offrir, on va retrouver de la déception dans le regard de l'autre, et c'est justement ce qu'on craint. On est déçu par soi, donc en permanence dépendant du regard de l'autre pour se rassurer, se sentir exister et croire en soi. On est pris dans un étau : la sexualité qui vous pousse à devenir un sujet-acteur de votre vie et en même temps le besoin perpétuel du regard de l'autre pour se sentir exister. C'est douloureux. Comme dit Philippe Jeammet, « le pire ne déçoit jamais », et on passe à la dynamique du pire.

La sensation va donner le sentiment d'exister en dehors du regard de l'autre. Les sensations rencontrées vont dépendre de plusieurs choses : un garçon va se porter vers l'alcool, la recherche de défonce, une fille vers un régime alimentaire drastique. Cette rencontre avec ces sensations qui donnent le sentiment d'exister, quand elle s'installe peut conduire au risque d'un passage de la dépendance affective à une pathologie de la dépendance. Le malaise est bien autour de la dépendance affective révélée par le processus d'adolescence.

Pour certains, il y a une grande difficulté à mentaliser le conflit, et ces sensations permettent de se dégager du conflit psychique.

Encore une fois, le compliqué avec les sensations est l'illusion de la maîtrise : « Mon corps, c'est quand je veux ». Dans la relation avec l'autre : « Il me plaît, je veux qu'il m'aime », mais vouloir ne suffit pas, l'autre a sa liberté. Avec la sensation, pendant un temps, les adolescents ont l'illusion de la maîtrise. Comment les aider à prendre conscience de cette dépendance alors qu'ils ont cru avoir traité leur problème ? Ils n'ont plus besoin des autres et se sentent exister. Ils savent que c'est mauvais pour la santé, mais « c'est mon corps, je m'en fous et j'arrêterai quand je voudrai mais pourquoi j'arrêteraient ? ».

Alors, quand ils vont prendre conscience qu'ils ne peuvent pas arrêter, cette prise de conscience sera terrible, elle démontrera que vraiment ils sont « nuls ». Ce mécanisme pourrait se dire ainsi : « puisque j'avais cru que j'avais trouvé un moyen de sortir de cette mésestime, et que je comprends que je suis totalement dépendant de cette conduite ». Il y a alors un risque d'effondrement.

Le normal, c'est l'expérience... Il faut faire très attention de ne pas enfermer l'adolescent dans une étiquette psychiatrique. Il y aurait : le toxicomane, l'alcoolique, l'anorexique... En fait, derrière tout ça, il faut bien garder en tête que ce sont des adolescents qui n'arrivent pas à vivre leur processus d'adolescence. « Qui je suis, moi ? Anorexique ? Je sais enfin qui je suis ». Attention, parfois ils peuvent être poussés dans ces réponses.

Parfois, la conduite addictive permet de se désinhiber, de trouver sa place, et parfois même de lutter contre la psychose.

Quelle prévention ? C'est très problématique, car si l'on en fait trop ça aura l'effet inverse : « Si j'ai pas ces conduites-là, est-ce que je suis bien adolescent ? ».

La véritable aide, c'est de les aider à être sujet de leur projet : « ce n'est pas moi qui veux pour toi, mais comment t'aider à vouloir pour toi ». Le reste ne fonctionne pas. Tout en marquant bien les limites à ce que nous, adultes, allons accepter du comportement de l'adolescent.

ECHO DU TERRAIN

Geneviève Noël, responsable du programme Santé des Jeunes de la Fondation de France, Paris

Les actions... Les addictions aux substances psycho-actives font partie du champ d'action qui est le mien. De mon côté, j'ai connaissance d'actions et d'initiatives dont nous sommes informés et dont j'ai le plaisir de rencontrer les porteurs.

A la Fondation de France, quand on initie un nouvel appel à projets, on n'imagine rien tout seul. On écoute ceux qui sont engagés sur le terrain, on regarde ce que font d'autres bailleurs et notre premier travail consiste à identifier un axe parfois ténu sur lequel intervenir, de préférence là où le besoin se conjugue avec l'innovation, et là où les financements tant privés que publics font défaut.

Nous voulons apporter une plus-value sans pour autant favoriser le désengagement des financeurs institutionnels, ce qui devient une gageure. C'est capital chez nous. En outre, nous sommes là en tant que starters, pas comme financiers pérennes.

Quand ça bascule... Dans le public, beaucoup de gens de terrain et d'action, des scolaires, des psychologues ont pu mener des missions reconduites sur le long terme, ce qui devient de moins en moins évident. Donc, comment continuer à être aux côtés des acteurs de terrain pour que les choses se fassent ? J'ai pu voir le désarroi de professionnels qui se disaient à quoi bon innover ? A quoi bon expérimenter alors que l'on sait qu'on n'aura pas de financement demain ? On essaye d'encourager cette prise de risque.

La mission de la Fondation de France dans le domaine de la santé des jeunes est pluri thématique. Nos priorités actuelles ne sont pas seulement sur la question des addictions aux substances psycho-actives, elles portent aussi sur les pathologies alimentaires, l'insertion des jeunes filles dans les quartiers sensibles, etc. Vous pouvez être informés de nos appels à projet dès le début 2010, tous sont téléchargeables.

Depuis plus de 12 ans, c'est à propos des addictions que nous avons eu des relations récurrentes avec l'Ecole des Parents et des Educateurs, nous sommes venus en appui de façon soutenue à des initiatives proposant une approche thématique beaucoup plus large d'éducation ou de promotion à la santé.

Nous nous sommes dits que nous avons du mal à traiter cette question des addictions d'une façon émergente et convaincante. Nous avons réuni un groupe d'experts, des professionnels associatifs mais aussi institutionnels, et deux idées fortes ont émergé : les familles ne sont pas assez prises en compte, en haut lieu comme sur le terrain, il est souhaitable de s'appuyer sur les compétences parentales dans ce domaine comme dans d'autres, évidemment.

On se dit que les parents confrontés à la question de l'addiction chez leurs adolescents sont en grande souffrance. Quant aux adolescents eux-mêmes, dans une perspective citoyenne et solidaire, ils peuvent avoir un rôle efficace auprès de leurs pairs jeunes consommateurs. En les entraînant dans des activités qui les remettraient psychiquement en mouvement, leur donneraient l'envie d'un ailleurs et d'autre chose.

Il nous a semblé important, donc, de lancer un nouvel appel à projet intitulé : « du plaisir de consommer à la gestion des risques, aider les jeunes et leurs familles. ». Aider les familles à reprendre confiance en elles pour aider les jeunes consommateurs et les aider aussi à expérimenter de nouvelles façons d'être avec leur adolescent. Et puis favoriser les actions menées par des jeunes auprès de leurs pairs consommateurs.

En 2008-2009, on a reçu 350 projets et recueilli 66. L'aide des familles à jeunes en danger est insuffisamment inscrite dans les missions des structures. Les professionnels expliquent combien il leur est difficile de rencontrer ces familles, et encore plus d'engager avec elles un travail sur la durée. Ce dernier critère est pour nous très important.

Quant aux projets portés par des jeunes, nous avons été sollicités par des organismes qui souhaitaient intervenir très en amont et poursuivre leurs missions.

Nous avons décidé de poursuivre en 2010. Pour aider les familles, il y a les professionnels. L'aide directe à ces familles, groupe d'aide ou de parole, et l'aide directe de professionnels investis dans l'accompagnement des jeunes et de leur famille sont une porte ouverte.

Pour conclure, je vous conseille et vous encourage à continuer à inventer, à espérer, à fabriquer même du « sur mesure » pour ces jeunes en souffrance. Soyez ces explorateurs, ces innovateurs du social que nous souhaitons aider. Aidez les familles et nous, nous vous aiderons.

Je terminerai par ceci : la Fondation de France fête son 40^{ème} anniversaire.

Notre enthousiasme n'est pas écorné par les années. « Nous aidons ceux qui veulent aider » est notre devise. Nous sommes à votre écoute, et espérons vous aider à réaliser ce que vous avez envie de faire.