

Louise Nadeau

**Département de psychologie
Université de Montréal
Directrice scientifique**

Centre Dollard-Cormier, Institut universitaire sur les dépendances

LA CYBERDÉPENDANCE

??

QU'EST-CE QU'UNE ADDICTION

????????????????????????????

Les descriptions cliniques qui ont fait école...

- une obsession mentale
- un besoin vécu comme irrésistible
- l'incapacité d'arrêter une fois qu'on a commencé l'activité

comportement



habitude

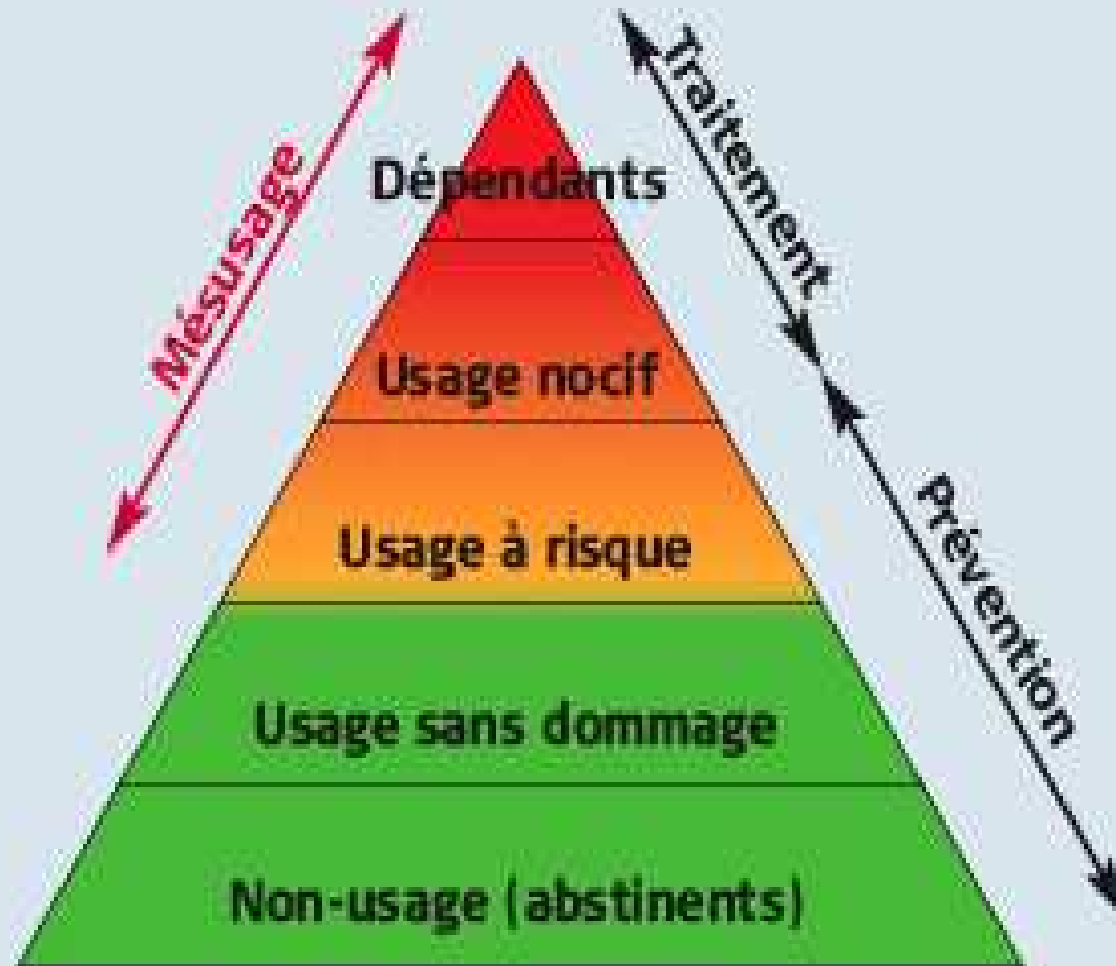


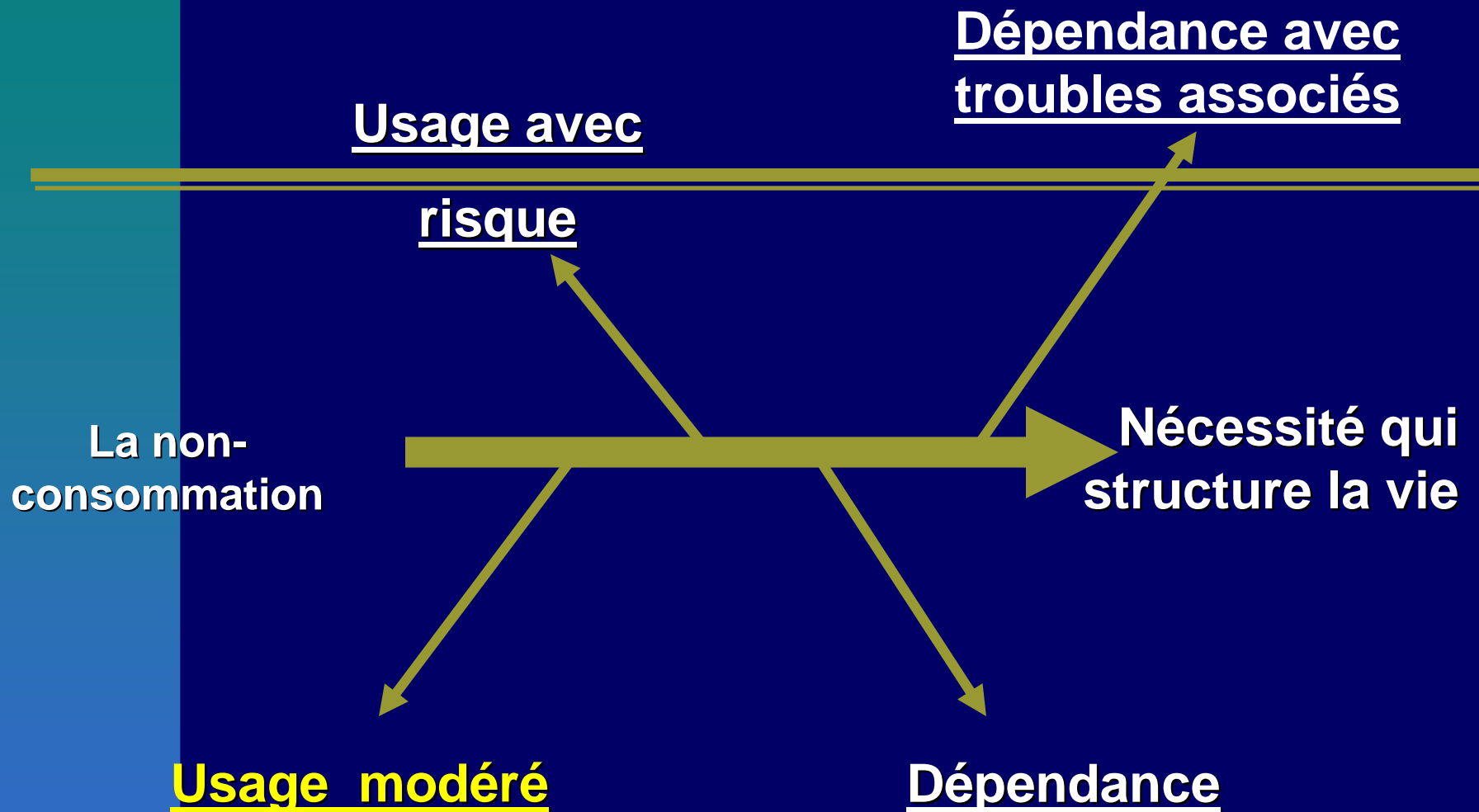
nécessité



LA DISTRIBUTION DANS LA POPULATION

La distribution est toujours la même...





La nécessité...

La perte de liberté individuelle

« C'est le sentiment intime d'être aux prises avec quelque chose d'étranger, d'irrationnel et de non voulu qui, pour les patients très dépendants, semble constituer l'expérience intime si difficile à communiquer. »

Edwards et Gross, 1976, p. 1060

LES ADDICTIONS

**Le sentiment intime
de perte de liberté
ou
avoir perdu la liberté
de s'abstenir de quelque chose**

**Le sentiment intime de perte
de liberté**

avec la prise de connaissance

Ce qui caractérise la dépendance
comme trouble mental,
c'est de savoir ce qu'il faut faire
sans être capable de le faire.

La première étape des Alcooliques anonymes

*« Nous avons admis que nous étions
impuissants devant l'alcool et que nous
avons perdu la maîtrise de notre vie. »*

EXPÉRIENCE

COMMUNE AUX ADDICTIONS

- **obsession mentale**
- **incapacité de s'abstenir**
 - **craving**
- **problèmes de santé et psychosociaux variés**
- **peur de la souffrance psychique en cas d'arrêt**

Les problèmes associés...

avec les proches,
avec le travail
avec la santé mentale
avec la santé physique
avec la loi, parfois

EXPÉRIENCE
SUBJECTIVE, INTIME

perte de liberté
restructuration de
la vie intérieure

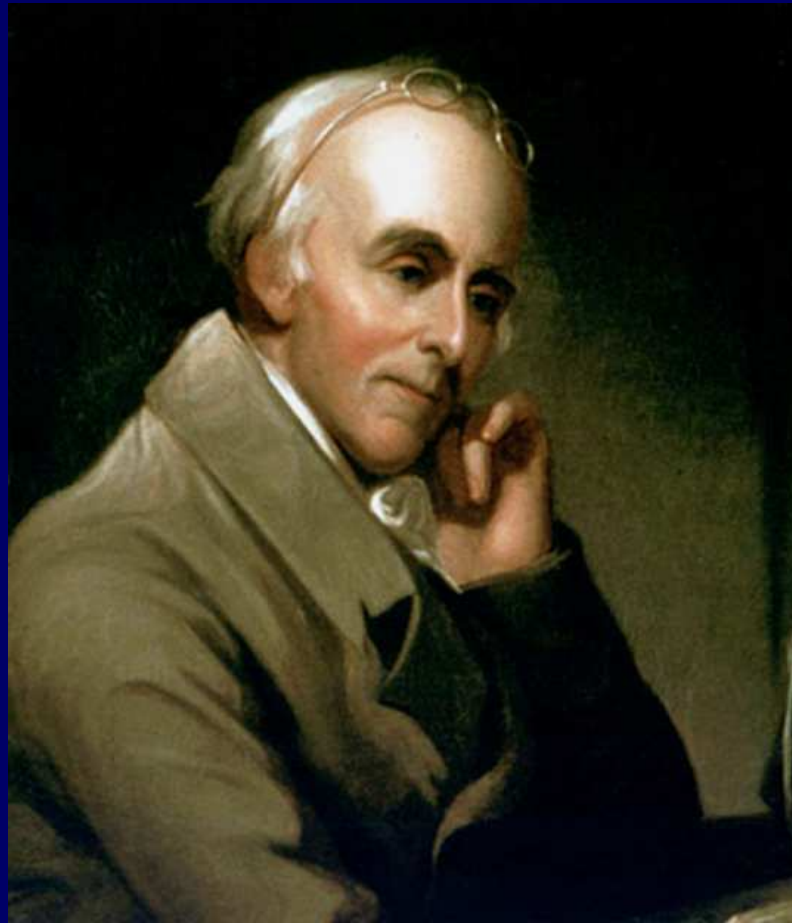
■ CONSÉQUENCES
NÉFASTES

■ sociales,
psychologiques,
matérielles,
relationnelles et,
souvent, d'argent et
légaux

C'est l'ivrognerie et la dépendance à l'alcool qui, en Occident, ont servi de référence pour conceptualiser l'addiction...

Écrits relativement anciens...

Benjamin Rush... 1784...



ROND-POINT 2010,
CYBERDEPENDANCE

comportement



habitude



nécessité

Une description de la déchéance morale, politique et personnelle

Les addictions comportent une dimension morale, sans doute parce qu'elles sont perçues comme auto-infligées, par la personne elle-même et par son entourage.

Collection
TABLEAUX MURAUX
 ARMAND COLIN
 109, Boulevard Saint-Michel, PARIS.

L'alcool, voilà l'ennemi.

Tableau
 d'**ANTI-ALCOOLISME**
 par le D^r GALTIER-BOISSIÈRE
Conservateur des Collections scientifiques au Musée Pédagogique de l'Etat

BOISSONS NATURELLES
BONNES
 (prises sans excès)



Vin
Raisin



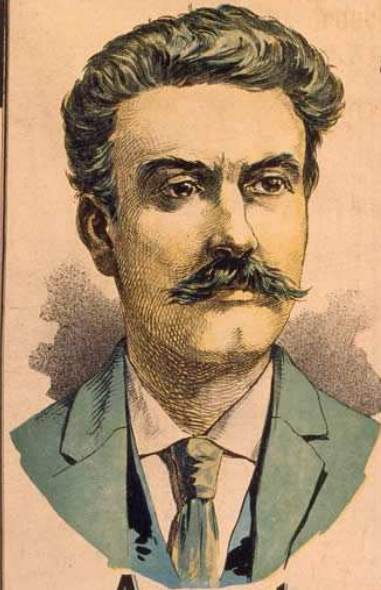
Cidre
Pommes



Poiré
Poires



Bière
Orge et Houblon



Avant
 l'alcoolisme

80 pour 100 des tuberculeux
 sont alcooliques

Tremblement des mains
 Perte de l'appétit
 Affaiblissement général
 Delirium tremens
 Paralyse, Démence
 Aggravation des maladies,
 des blessures, des fractures

Diminution de l'intelligence
 Perte de la mémoire,
 du raisonnement
 Incapacité professionnelle
 Dégradation morale
 Irritabilité, Violence,
 Fureur



Après
 l'alcoolisme

ALCOOLS INDUSTRIELS
MAUVAIS
 (même pris en petite quantité)

Sont fabriqués avec:

Bette
rave



2/3 de la grandeur réelle

Pomme
 de
terre
Grain



Ce qu'on fait avec les alcools industriels



Effets
DU VIN DE RAISIN
 sur un *Cobaye*



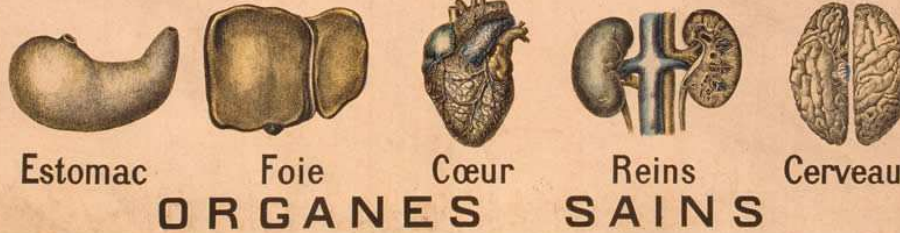
I
 Cobaye auquel
 on a inoculé du
 vin de raisin



II
 Le cobaye res-
 sent un accès
 d'ébriété.



III
 L'accès est bien
 lot dissipé et ne
 laisse aucune trace



ORGANES SAINS
ORGANES d'ALCOOLIQUE

Effets
DE L'ALCOOL INDUSTRIEL
 sur un *Cobaye*

I
 Cobaye auquel
 on a inoculé de
 l'alcool industriel.



II
 Le cobaye est
 pris d'une crise
 épileptique.



III
 Le cobaye meurt
 quelques instants
 après.



La dépendance à l'héroïne,
à cause de son caractère interdit,
est le symbole des toxicomanies
modernes ...

Marc Valleur

C'est la drogue du risque et
du jeu avec la mort,
du moins dans
les représentations sociales.

« Il existe une dimension
de risque recherché,
ou dimension de conduite ordalique,
essentielle à la compréhension des
addictions. »

**« Le plaisir des drogues dures, pures,
raffinées devient
exigence tyrannique,
désir obsédant
où s'engloutit
l'univers psychique et social du
sujet... »**

une nouvelle manière d'être au monde...

Marc Valleur...

« Il existe une gamme importante, voire infinie, de produits agissant sur le psychisme. Tous ces produits peuvent être des drogues, c'est-à-dire devenir subjectivement indispensables à la survie de leur utilisateur. »

Les jeux de hasard et d'argent

La dépendance sans substance
de référence

Pâquier Joostens d'Eeklo

*"Alea, Sive De Curanda In Pecuniam
Ludendi Cupiditate Libri Duo"*

1561

L'ouvrage traite
de la « maladie »
des joueurs (Livre I)
et
des remèdes pour lutter
contre cette dépendance (Livre II).

Le jeu pathologique

- L'illusion de contrôle
- Le plaisir de la prise risque
 - L'expérience ordalique
- L'incapacité d'accepter les pertes
 - L'idée de se refaire

La cyberdépendance...



ROND-POINT 2010,
CYBERDEPENDANCE

Cyberdépendance.ca, Marie-Anne Sergery

- L'usage problématique d'Internet et des nouvelles technologies [...] se traduit par une utilisation des technologies ou des moyens de communications offerts par Internet qui engendre des difficultés chez l'individu. La cyberdépendance amène un sentiment de détresse et des problèmes au niveau psychologique, social ou professionnel (Caplan, 2002; Young, 1998, 2004).

Critères diagnostiques de la cyberdépendance selon Young

- Pratique inadaptée, persistante et répétée d'Internet, se manifestant par au moins cinq des manifestations suivantes sur une période d'au moins six mois :
 - Préoccupations par Internet.
 - Besoin d'augmenter la durée des séances d'Internet afin d'obtenir la même satisfaction.
 - Efforts répétés mais infructueux pour contrôler, réduire, ou arrêter l'utilisation d'Internet.
 - Agitation ou irritabilité lors des tentatives de réduction ou d'arrêt de l'utilisation d'Internet.
 - Mise en danger ou perte d'une relation affective importante, un emploi ou des possibilités d'étude ou de carrière à cause de l'utilisation d'Internet.
 - Mensonges à la famille, au thérapeute ou à d'autres pour dissimuler l'ampleur réelle des habitudes.
 - Utilisation d'Internet pour échapper aux difficultés ou pour soulager une humeur dysphorique.
 - Utilisation d'Internet plus longtemps que ce qui était prévu.

Cyberdépendance.ca, Marie-Anne Sergerly

- **Prédominance** : le comportement ou l'activité occupe une place prédominante.
 - **Modification de l'humeur** : conséquences du comportement ou de l'activité (p. ex. impression d'apaisement, d'être engourdi).
 - **Tolérance** : besoin d'augmenter les quantités pour obtenir les mêmes effets (p. ex. heures consacrées à l'activité, montant d'argent plus élevé pour les gageures).
 - **Symptômes de manque** : sensations désagréables ressenties lorsqu'il y a cessation ou réduction dans la fréquence, la durée ou la quantité (p. ex. irritabilité).
 - **Conflits** : p. ex. entre le milieu de travail, le réseau social, la vie familiale et l'individu.
 - **Rechute** : Revenir aux mêmes comportements après avoir tenté de les réduire ou de les cesser.
- (Griffiths, 1998).

Les critères communs à la cyberdépendance et aux autres dépendances

- Préoccupations pour l'Internet
- Désir persistant ou efforts répétés mais infructueux pour contrôler, réduire ou arrêter l'utilisation d'Internet
- Agitation ou irritabilité lors des tentatives de réduction ou d'arrêt
- Utilisation d'Internet pour échapper aux difficultés ou pour soulager une humeur dysphorique
- Utilisation d'Internet pour un laps de temps plus long que prévu
- Mise en danger ou perte d'une relation affective importante, des activités professionnelles, sociales, occupationnelles ou de loisirs en raison de l'utilisation d'Internet
- Poursuite de l'utilisation malgré la connaissance de l'existence d'un problème déterminé ou exacerbé par l'utilisation
- Mensonges à la famille, au thérapeute ou à d'autres pour dissimuler l'ampleur réelle de ses habitudes d'utilisation

Les éléments spécifiques à la cyberdépendance

- La durée d'utilisation
- L'influence au niveau des relations interpersonnelles
- La valorisation par le biais d'un personnage virtuel
- Le rapport à la réalité

La cyberdépendance

EXPÉRIENCE SUBJECTIVE, INTIME

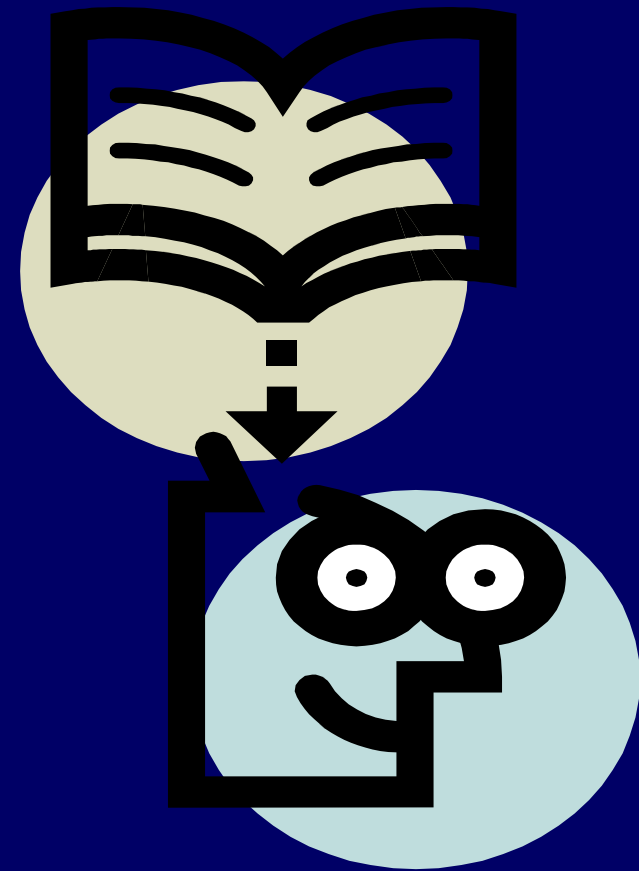
perte de liberté
restructuration de la
vie intérieure
en fonction de ses
expériences sur
Internet

■ CONSÉQUENCES NÉFASTES

■ sociales,
psychologiques,
matérielles,
relationnelles et,
souvent, d'argent et
légaux

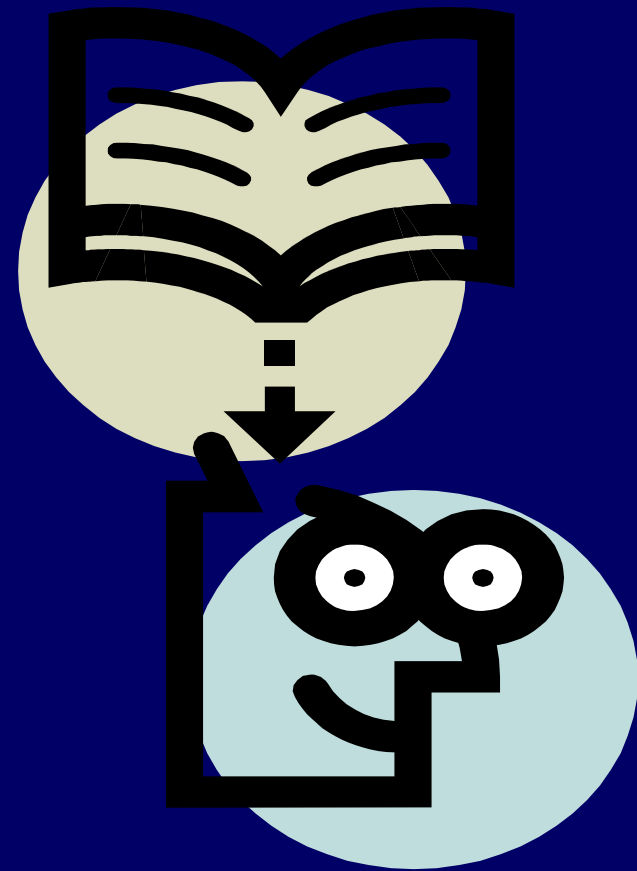
Parallèle avec la révolution amenée par Gutenberg et l'alphabétisation plus fréquente

Sommes-nous en présence d'une nouvelle structuration cognitive de personnalité, façonnée par la réalité virtuelle ?



une nouvelle manière d'être au monde...

**S'agit-il
d'une autre forme
de dépendance,
d'une stratégie de
coping,
d'auto-médication,
ou de symptôme
d'une détresse
psychologique ?**



Place aux cliniciens...
