



**Bernard LEMONNIER**

Psycho Praticien Thérapeute

*Parentalité bienveillante en famille ou chez les professionnels de l'enfance*

41, rue Jules Chéret LE MANS [bernardlemonnier@free.fr](mailto:bernardlemonnier@free.fr)

☎ 02 43 77 07 31

<http://bernardlemonnier.fr/html/Parentalite-bienveillante-comment-eduquer-son-enfant.html>

## DROGUE, DEPENDANCE ET ADDICTIONS Chez l'adolescent

### La dépendance à un produit : comment cela se peut-il, sur le plan psychologique?

#### 1 Préambule: dépendre, c'est humain!

- La dépendance n'est pas une maladie, mais le propre de la vie.
  - Ex: vis à vis de la nourriture et donc des lieux et sources de nourriture  
vis à vis de la sécurité et donc des lieux et sources de protection.
  - ~ Chez les êtres sociaux (et donc l'humain), s'ajoutent:
    - \* des besoins d'appartenance au groupe, d'où dépendance aux lieux et sources d'accueil et de convivialité,
    - \* le besoin d'agir sur un monde perçu comme complexe, d'où dépendance aux lieux et sources du pouvoir, etc.,
- Tout besoin crée à l'origine, une dépendance
  - ~ Le nourrisson est essentiellement focalisé sur la tension *déplaisir / satisfaction-plaisir* et son soulagement (béatitude / manque). C'est **sa mère** qui le **prend totalement en charge, au début**
  - ~ Ce soulagement est un automatisme où sont encore confondus amour de soi (Narcissisme) et amour pour le *non-soi* (l'érotisme). *Que sa mère prend totalement en charge, au début*
    - \* Ces 2 formes d'élan y sont encore *indistinctes*. C'est un état fusionnel.
  - ~ Si cette tension vers la satisfaction n'est pas résolue, elle s'intensifie jusqu'à la souffrance. Et cette crainte de souffrir à nouveau va faire apparaître le vécu d'anxiété.
- Chez le nourrisson, le monde extérieur est traité par incorporation puisque l'introjection (plus symbolique et plus élaborée) est plus difficile. Il se vit comme le prolongement de l'imaginaire de sa mère.
  - ~ Un développement réussi (aboutissant à une autonomie saine) visera à:
    - \* Satisfaire ce petit dans un premier temps puisqu'il est in-capable
    - \* Puis à l'aider progressivement à s'en émanciper par la mise en place de stratégies d'indépendance

- \* Enfin, ce sera lui qui devra se préserver des lieux et des ressources saines accessibles en cas de retour nécessaire

Tout peut être l'objet de dépendance ( télévision, cigarette, sport, travail, sexe, entreprises- projets, etc.)

~ Le mécanisme de fixation sur cet objet, ne serait-il pas lié essentiellement à une recherche anxiolytique?

- \* Le recours à un mécanisme de défense pour ne pas souffrir du manque ou d'une émotion pénible, est à priori une bonne idée. Oui mais, il ne traite que l'effet du problème. Si la personne n'apprend pas à régler son problème à la source, par une action de changement, l'effet va demeurer.
- \* Et c'est là qu'apparaît l'addiction, qui est un recours trop fréquent, trop systématique à cet anxiolytique et qui apparaît faussement à la personne comme le seul moyen de calmer l'anxiété.

- Autre piste: bien que S. Freud de son côté l'ait écartée dès le début, la dépendance pourrait s'inscrire dans un besoin de transcendance, un besoin de repousser les limites "au delà", une sorte de quête d'absolu, démesurée (sic Francis Curtet).

~ Un besoin viscéral de retourner à la plénitude maternelle?

- D'abord, on peut entrer en toxicomanie par la porte de la jouissance répétée (dépendance prolongée) ou par la porte du risque. L'évolution est généralement en lien avec la profondeur de la régression sous drogue.
  - ~ Quelque soit la porte par laquelle on entre, il y a dans la toxicomanie établie, un retour vers une identité archaïque très unifiée: celle que vit le nourrisson.
    - \* Cycle tension / soulagement.
    - \* incorporation fusionnelle
    - \* Le terrible aller-retour entre le délicieux et le douloureux
  - ~ C'est vers cet état que le toxicomane régresse La personne revit le même mécanisme.
- Une des causes possibles est la suivante: les objets parentaux (papa, maman) sont insuffisamment internalisés et la personne se sent menacée d'effondrement. L'identification personnelle (née d'une internalisation réussie des objets d'amour) n'a pas été suffisamment étayée (Ex: confusion entre Moi et objets). Tout est redevenu comme un besoin vital, d'où une grande exigence égocentrée. Désirs et besoins sont confondus, la frustration se vit comme insupportable.
- Dans ces conditions, la croyance magique en l'immortalité se réactive, ce qui l'empêche de s'alarmer des dégâts qui apparaissent.
- Il arrive aussi parfois, que cet état archaïque, propre à l'un des tous premiers stades du développement, celui du nourrisson, n'ait jamais totalement été abandonné par l'enfant, malgré son éducation qui a continué. La raison peut en être que l'enfant a

vécu sa mère comme *trop* bonne, trop longtemps et son père trop peu présent <sup>1</sup> Dans ce cas, la toxicomanie peut être l'indicateur d'un deuil primordial non fait, un *refus* de grandir.

### ~ **Le terrible aller-retour entre le délicieux et le douloureux**

- Il s'agit là d'un mouvement cyclique entre l'hallucination béate de la plénitude d'un côté, et la douleur du manque, la souffrance des effets secondaires physiques et sociaux, d'autre part

## **2 Qu'est-ce qui prédispose un adolescent à s'empêtrer dans l'usage d'un toxique?**

- En fait, on peut constater une certaine combinaison de facteurs, qui tous concourent à un vécu complexe de désarroi et de souffrance, laissant la porte ouverte à la drogue:
  - \* Manque de confiance dans ses capacités à atteindre une vie d'adulte > "A quoi bon!"
  - \* Non intégration du côté protecteur des limites (pour soi)
  - \* Sentiment d'être sans intérêt pour ses parents
  - \* Désintérêt pour la vie réelle (surtout son aspect imparfait)
- D'une manière globale, on parlera d'une faille dans l'estime du jeune pour lui-même.

### ~ **Quelque facteurs culturels:**

- La vitrine du monde (médias) nous met en "overdose" d'excitation, de richesse, d'héroïsme, de réussite, etc. l'apparence est "trop"
- La fuite dans les faux semblants est tolérée socialement, voire valorisée (activités distrayante, fuite en avant, etc.)
- La société n'autorise pas assez les gens à être eux-même, ce qui est un besoin psychologique essentiel

### ~ **Quelques facteurs liés à l'éducation:**

- Quand les parents laissent croire à leurs enfants qu'ils sont trop parfaits, trop forts et donc que le modèle devient "hors d'atteinte", hors *limites*
- Quand le parent (surtout celui de même sexe) ne se fait pas confiance, ne s'aime pas lui-même

- Quand le parent charge inconsciemment l'enfant de réussir par procuration ce qu'il estime avoir raté (études, revanche, etc.)
- Quand les prises de risque du jeune (normales, si elles sont ponctuelles et proportionnées à sa maturité) ne sont pas "arrêtées" avec des *explications* (surtout affectives et relationnelles), il n'intégrera pas de manière tangible les bonnes raisons qui justifient de s'arrêter (c'est à dire, par exemple: qu'après il va souffrir, ou qu'il faudra qu'il en paye le prix, ou encore qu'il ressentira de la culpabilité, etc.). Il lui manquera fondamentalement la notion de limite, de "fin" acceptée et sécurisante <sup>2</sup>.

### 3 Des propositions relationnelles pour aider le jeune au sein même de sa famille

- Les premières propositions sont basiques, les suivantes sont des corollaires
  - ~ Offrir au jeune une relation privilégiée de qualité avec un adulte de qualité
  - ~ Pour restaurer l'estime de soi, pas de don ou de sollicitude excessive, juste la valorisation de ce qui réussit dans les conduites de l'enfant (même les petites). C'est lui qui doit s'aimer.
  - ~ Pratiquer un dialogue régulier sur la vraie vie et monter qu'elle vaut le coup (y inclure, en les admettant, ses défaillances et ses insatisfactions)
  - ~ Accepter de s'impliquer (remise en cause et mouvements) dans la relation et s'affirmer à contre courant de l'idéal médiatique (refuser de "suivre" sans esprit critique)
  - ~ Reprendre la place de repère-tuteur sur lequel le jeune peut s'étayer pour grandir, et donc:
    - \* Sortir du "parent copain" et retourner au rapport d'inégalité, qui n'empêche nullement la tendresse
    - \* Éviter absolument de faire porter sur nos enfants notre besoin de consolation pour nos tracas (surtout conjugaux)
    - \* Redevenir visible et attrayant
    - \* Regarder ensemble (pour en discuter ensuite) des émissions de télé, sur la drogue ou des sujets de société
    - \* Remettre des mots sur les non dits d'attachement, d'attention (d'amour!) pour sortir des malentendus tragiques. Communiquer *vrai* sur le lien de qualité qui existe (encore) derrière.
      - Pratiquer une saine économie des signes de reconnaissance (Strokes en A.T) Accorder plus d'importance aux efforts fournis qu'aux résultats toujours "améliorables", car sinon, on incite au dépassement de limite, à la démesure, à "se défoncer".
      - Ne presque jamais associer les gages d'attention aux seuls résultats, les marques d'amour aux performances, sinon l'insécurité revient.
    - \* Montrer qu'on s'accepte soi-même, y compris et malgré nos défauts et faiblesses
    - \* Démystifier l'illusion du "tout, tout de suite!"

- \* Proposer un modèle relationnel de qualité entre parents.
  - Jacques Lacan a dit: "Le plus grand service qu'un père puisse rendre à ses enfants, c'est de s'occuper de sa femme!" (pour contrarier l'investissement de toute puissance préjudiciable, qu'ils sont tentés de faire sur la mère)
- \* Faire confiance au jeune (sur des actions qu'il peut réussir) et le lui dire
- \* Que les parents (la mère tout particulièrement), établissent une relation de personne à personne (toi et moi, nous sommes différent), en sortant de la communication non-verbale (c'est à dire, en utilisant le plus possible les mots pour exprimer les choses)
- \* Si on apprend que son enfant a pris quelque chose (alcool, haschich), dialoguer tranquillement avec visée dissuasive, mais sans dramatisation, lui proposer une aide
- \* Si on trouve une seringue dans la chambre, entamer un dialogue clair pour connaître les problèmes complexes qui l'ont amené au recours à la drogue, l'avertir des conséquences et l'aider à prendre un r.v dans une structure d'aide et d'information
  - Se faire conseiller soi-même

(1) Même une mère célibataire pourrait dire: "Ton père n'aurait pas aimé que tu fasse cela"

(2) 1/3 des toxicomanes "s'arrange" (inconsciemment) pour se faire *arrêter*. Mais à part le sevrage physique, cela ne règle en rien la problématique sous-jacente. "La prison, on y entre avec l'angoisse, on en sort avec la haine!" (sic Francis Curtet)

### ~ **Bibliographie:**

La drogue est un prétexte	Francis Curtet	Flammarion
Narcissisme et Etats-Limites	Jean Bergeret	Dunod