



DOSSIER SANTÉ

« Les addictions des adolescents sont les symptômes de tensions intérieures »

LE Dr Jean-Michel Delile, psychiatre et anthropologue, préside la Fédération Addiction et le CEID Addictions. Selon lui, l'addiction chez un ado est le symptôme d'un mal-être, avant d'être une pathologie en soi.

LE FIGARO. - Quelles sont les spécificités de l'addiction chez l'adolescent ?

Dr Jean-Michel DELILE. - Très schématiquement, une addiction est une perte de contrôle par rapport à un comportement habituellement agréable ou qui vise à apaiser des tensions. Progressivement, il s'impose et devient un besoin. Chez les jeunes, l'addiction la plus commune est sans doute celle au cannabis, mais il faut prendre aussi en compte les phénomènes d'addiction aux écrans et certains troubles du comportement alimentaires comme la boulimie.

Est-il difficile de repérer une addiction chez un adolescent ?

Il n'y a pas de frontière nette entre un comportement excessif et une addiction, et l'on peut être addict à des comportements qui ne sont pas dangereux en soi. Chez les ados, les addictions sont débutantes, les jeunes ne se rendent pas compte ou ne veulent pas voir qu'ils sont en perte de contrôle. Chez les adultes, quand une addiction est installée, les personnes voudraient y mettre fin. Les ados addicts n'ont pas encore fait ce cheminement.

À quoi faut-il être vigilant ?

En amont, les parents doivent être attentifs à tous les signes de difficultés, d'inquiétudes ou de tristesse, de faible estime de soi, de difficultés de sommeil... Cela peut relever de problèmes d'anxiété scolaire ou socia-

le, de honte, de timidité extrême, de tension en milieu scolaire, de l'impression de ne pas être à la hauteur, de problèmes de harcèlement ou de difficultés liées à la famille. Tous ces éléments constituent des facteurs de vulnérabilité majeurs pour le passage à une addiction. En général, l'environnement de l'ado addict se rend compte que quelque chose cloche : le comportement devient envahissant, il a un impact négatif sur l'adaptation scolaire et sociale, les relations internes à la famille se dégradent. Le jeune a tendance à se mettre en retrait par rapport à ses activités qu'il aimait pour se consacrer à sa pratique. Il s'isole et restreint sa gamme de plaisirs.

Que faire quand son ado souffre d'une addiction ?

D'abord, discuter en famille, pour trouver ensemble des solutions et comprendre l'origine de l'addiction. Il faut que les parents s'efforcent d'être attentifs et ne soient pas dans une attitude punitive ou prohibitive. Le jeune sera davantage en capacité de reprendre le contrôle en étant écouté, soutenu et aimé. Si cela ne suffit pas, il faut pouvoir en parler au médecin traitant ou dans une consultation jeunes consommateurs au sein des centres spécialisés d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA), en libre accès. Un psychiatre y évaluera la situation et repérera d'éventuels facteurs de gravité (vulnérabilités familiales ou sociales, événements traumatiques, trajectoires abandonniques, harcèlement...) Une prise en charge adaptée permettra au jeune d'aller mieux et d'avoir moins besoin d'une espèce d'anesthésie par des produits ou des comportements addictifs. Les addictions chez le jeune sont le plus souvent des troubles se-

condaires à une vulnérabilité, c'est donc cette vulnérabilité qu'il faut traiter le mieux et le plus rapidement possible. ■

PROPOS RECUEILLIS PAR L. D.

50%

Hausse

des hospitalisations en pédiatrie pour raison psychiatrique à l'AP-HP avec la crise sanitaire (3600 fin octobre, contre 2400 un an plus tôt).

(Source: rapport parlementaire, décembre 2020)