

Des étudiants s'intéressent à l'addiction et découvrent une problématique de santé complexe

De futurs bacheliers en soins infirmiers de la Haute Ecole Arc Santé (HE-Arc), à Delémont, sont allés à la rencontre de personnes souffrant d'addiction à différentes substances. Ils soulignent le poids des préjugés pour un problème de santé complexe. Parmi eux, deux Francs-Montagnards: Anaïs Pelletier des Genevez, et le Taignon Ludovic Frésard, établi à Glovelier.

«Pour moi c'était une population violente, j'avais cette mauvaise vision... des bagarres dans les villes, des choses comme ça. Et finalement pas du tout! C'est avec ces idées-là que l'étudiante taignonne Anaïs Pelletier a entamé un travail sur les addictions, dans le cadre d'un module de cours «santé communautaire» à la HE-Arc Santé de Delémont.

Accompagnée de quatre autres étudiants de bachelier en soins infirmiers, qui devaient rejoindre le monde professionnel cet automne, elle a réalisé un travail sur les addictions durant six mois. Une démarche qui a permis d'aboutir notamment à l'article ci-contre.

santé ont réalisé une douzaine d'entretiens spontanés, dans les rues de Delémont comme dans leur région d'origine, pour apprécier comment les différentes générations définissent l'addiction.

«Le point qui nous a le plus surpris est la question de la volonté, tant dans le micro-trottoir que du côté des usagers. Il s'agissait de définir si l'addiction est une maladie ou non» note Anaïs Pelletier. Elle complète: «Ce qui est ressorti, c'est que quand on a la volonté d'arrêter et qu'on n'y arrive pas, c'est une maladie, mais quand on n'essaie pas vraiment d'arrêter, là ce n'en est pas une».

Les étudiants se sont aussi tournés vers des avis d'experts d'addiction Jura et vers la littérature scientifique pour compléter leur travail. «En parallèle, on a aussi fait des recherches dans des bases de données pour avoir un comparatif entre ce que pense la population, ce que



Cinq étudiants, dont deux Taignons, ont voulu déconstruire les clichés sur la consommation de substances. Ils ont constaté à quel point la stigmatisation peut nuire aux personnes souffrant d'addiction.

pensent les usagers et ce qui se dit dans la littérature. Par exemple,

pour l'addiction, il y a trois types de définitions dans la littérature, et on

remarque que tant la population que les usagers n'ont pas de définition

très claire de ce qu'est une addiction. En revanche, ils en savent plus sur les répercussions.»

Retours positifs

Les intervenants d'Addiction Jura ont bien reçu les résultats de cette enquête qui met des mots, selon la Franc-Montagnarde, sur ce qu'ils observent. «Ils ont constaté que leurs impressions sont fondées, on a pu le prouver avec notre petit travail. Ça confirme leur expertise.»

Cette étude, déjà présentée à des examinateurs et intervenants d'addiction Jura, a été très bien reçue et devrait servir de base à de prochains étudiants pour d'autres travaux dans ce domaine. Quant aux cinq auteurs, l'un d'eux se verrait bien travailler par la suite dans la psychiatrie ou l'addictologie. Anaïs Pelletier, elle, continuera en médecine.

Lucas Seidler

Addictions : démêler le vrai du faux pour mieux comprendre la réalité

Déconstruire ses propres préjugés

Les étudiants, âgés de 23 à 31 ans, ont collaboré avec Addiction Jura. «Chacun avait une motivation différente à travailler sur ce thème. Moi, c'était plus l'inconnu qui m'intriguait. C'est une population qu'on ne rencontre pas souvent ou qu'on voit assez furtivement, c'était l'occasion de vraiment faire connaissance» explique la Franc-Montagnarde.

Les cinq futurs infirmiers sont allés, sur le terrain, rencontrer des usagers, c'est-à-dire des personnes ayant des comportements de consommation à risque ou des problèmes de dépendances à certaines substances. Leur but: pouvoir s'entretenir avec eux.

Première observation: si c'est trop formel, ça ne marche pas! «C'est une population très ouverte à la discussion. Mais il a fallu que nous l'abordions plus simplement, sous forme de discussions plutôt que de manière formelle» analyse Anaïs Pelletier. Elle ajoute que, contrairement aux préjugés qu'elle se faisait, elle a rencontré des personnes «très intéressantes, avec un vécu impressionnant, et très intelligentes».

La «question de volonté»

L'autre pan de cette enquête s'est déroulé sous la forme de micro-trottoir. Les futurs professionnels de la

Nous publions ci-après une grande partie de l'article de sensibilisation que nous ont fait parvenir les étudiants infirmiers de la HE-Arc Delémont, au terme de leur enquête sur les représentations de l'addiction et idées reçues.

L'enquête a mis en lumière une méconnaissance globale concernant le rôle d'Addiction Jura. Pour la majorité des personnes interrogées, AJ est perçue comme une simple «association» venant en aide aux personnes souffrantes d'addiction, sans que la nature de fondation ou la portée de ses missions ne soient clairement comprises. Les professionnels, eux, rappellent que l'institution répond à une obligation fédérale s'inscrivant dans la politique des quatre piliers: prévention, thérapie, réduction des risques et répression.

Définition encore floue

Cette méconnaissance concerne également les prestations proposées. Si les notions d'aide et d'accompagnement sont souvent citées, rares sont les personnes qui évoquent le suivi ambulatoire à l'accompagnement en centre addictologique, les actions de prévention, le travail hors murs ou encore la distribution de matériel de réduction des risques mis en place par l'institution.

L'un des constats majeurs du projet concerne la difficulté à définir précisément l'addiction. Les usagers interrogés connaissent généralement les conséquences et les facteurs de risque, mais peinent parfois à formuler une définition claire.

Les usagers et le grand public oscillent entre des notions de «besoin», de «dépendance» et de «trouble psychologique». La notion de «volonté» revient systématiquement dans les discours. Les usagers interrogés expliquent que, pour eux, l'addiction n'est une maladie que si la personne n'a plus les ressources pour arrêter malgré sa volonté.

Une personne interrogée décrit l'addiction comme «la raison qui s'efface» face à une substance ou à un comportement. La littérature scientifique, elle, présente une réalité plus complexe. L'addiction est décrite tantôt comme une maladie chronique du cerveau, tantôt comme un trouble lié à l'usage de substances ou encore comme un apprentissage renforcé par la répétition. Cette diversité de définitions contribue à entretenir une certaine confusion dans la population.

Vision juste, mais incomplète

Sur la question du développement de l'addiction, les réponses des usagers et des personnes externes

rejoignent largement les connaissances scientifiques. Tous mettent en avant le rôle de facteurs multiples: difficultés personnelles, environnement social, habitudes de consommation ou événements de vie difficiles. Un usager résume cette réalité en affirmant que «personne ne commence à consommer en pensant qu'il va devenir dépendant».

Les participants soulignent également l'influence du groupe social et des normes culturelles, notamment autour de la consommation d'alcool. En revanche, les mécanismes neurobiologiques de l'addiction restent largement méconnus. Or, selon la littérature scientifique, les modifications du système de récompense du cerveau jouent un rôle central dans le développement et le maintien des comportements addictifs.

Cette méconnaissance des mécanismes biologiques empêche une compréhension totale de la maladie. La vision erronée selon laquelle la volonté est un déterminant majeur de l'addiction met en évidence la persistance d'une vision moralisatrice.

Le poids du regard social

L'aspect le plus marquant du projet concerne sans doute la question des préjugés. Pour les usagers, la souffrance liée à l'addiction ne se limite pas à la consommation elle-

même. Le jugement social, la honte et l'isolement sont décrits comme des épreuves particulièrement difficiles à vivre. Une personne interrogée affirme ainsi: «On est mis à part un peu comme des lépreux». Une autre explique que les personnes souffrant d'addiction sont perçues comme «faibles, irresponsables, incapables de changer».

Ces témoignages rejoignent largement les conclusions de la littérature scientifique, qui met en évidence les conséquences négatives des préjugés, de la stigmatisation et de la perte de contrôle sur l'estime de soi. Ces conséquences se retrouvent dans les différents domaines de la vie: famille, travail, accès aux soins, ainsi que dans le processus de rétablissement.

L'écoute sans jugement

Les usagers rapportent avoir été orientés vers AJ principalement lors de crises aiguës ou de rechutes, souvent poussés par un entourage inquiet ou des professionnels de santé. Ils décrivent Addiction Jura comme un lieu d'écoute, de soutien et d'accueil sans jugement.

Plusieurs soulignent l'importance de pouvoir parler librement de leurs difficultés dans un environnement sécurisant. L'un d'eux résume cet apport en évoquant simplement «une écoute, une oreille».

Les messages des usagers sont unanimes: «Ne faites pas ce que j'ai fait», «N'hésitez pas à vous faire aider». Derrière ces mots se cache une souffrance profonde, mais aussi un besoin d'être compris plutôt que jugé.

Mieux comprendre, mieux agir

Ce projet met en évidence un décalage significatif entre la réalité médicale de l'addiction et les croyances populaires. La vision d'une maladie dépendant de la «volonté» persiste, alimentant un stéréotype qui isole davantage les patients et renforce les freins à la demande d'aide. Or, l'addiction est un phénomène complexe, pas un manque de volonté.

Les croyances erronées ne font pas qu'isoler les personnes concernées; elles obscurcissent la réalité médico-sociale et entravent l'élaboration de solutions adaptées. Des décisions sociétales guidées par des croyances erronées menacent l'efficacité de nos réponses face aux problèmes de santé publique. Il est donc impératif de poursuivre le travail de sensibilisation et de déconstruction des préjugés mené par des structures comme Addiction Jura.

Martine Buchmüller, Ludovic Frésard, Alina Mahmuti, Anaïs Pelletier, Laurent Struchen