

La dépendance et ses nouveaux visages



Le Centre de réadaptation en alcoolisme et toxicomanie de Chaudière-Appalaches (CRAT-CA) se réjouit des orientations privilégiées dans le Plan d'action en santé mentale 2012-2017 que vient de présenter le ministre Yves Bolduc, puisqu'on y perçoit des éléments qui pourraient permettre de mieux répondre à la double problématique de dépendance et de santé mentale.

L'adjoint à la direction générale du CRAT-CA, Michel Larochelle, a commenté qu'« en favorisant une meilleure intégration des services, le plan d'action élaboré permettra d'assurer de meilleurs services à la clientèle présentant des problèmes à la fois de santé mentale et de dépendance, comme ce serait le cas pour la moitié des personnes dépendantes. » Jugé fort préoccupant, cet enjeu fut d'ailleurs abordé tout récemment lors d'une journée régionale de réflexion tenue à Lévis et dont le thème était « Les nouveaux visages de la dépendance... avec ou sans substances ».

Réflexion sur la dépendance

Rassemblant plus d'une centaine de personnes, principalement des intervenants du réseau de la santé et des services sociaux et du monde communautaire, la troisième Journée régionale de réflexion du CRAT-CA fut l'occasion pour les participants de mettre à jour leurs connaissances en matière de dépendance à l'alcool, aux drogues ou au jeu, et d'explorer les meilleures pratiques en la matière.

Ainsi, Joël Tremblay, professeur et chercheur à l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR), a présenté les plus récentes statistiques en matière de dépendance. Puis, il a appelé l'assistance à un questionnement lucide en ce qui a trait aux caractéristiques de la personne dépendante et à ce qui l'amène, s'il y a lieu, à ne plus contrôler sa consommation d'alcool ou de drogues ou à jouer de manière compulsive. Joël Tremblay précise que, dans la plupart des cas, il s'agit d'un épisode passager, mais qu'il peut aussi s'agir d'un trouble avec lequel la personne devra composer quotidiennement et à long terme. « Dans un tel cas, dit-il, les intervenants doivent être prêts à accompagner pendant longtemps ces personnes dépendantes et sont invités à remplacer les mots « rechute » et « échec » par « démarche de rétablissement ».

Enfin, au chapitre des meilleures pratiques, le professeur Tremblay rappelle que « lorsque la dépendance s'installe, il faut aider la personne à identifier ce qui pourrait la motiver à changer ses habitudes ». C'est là une approche qui bouleverse la conviction répandue que la personne dépendante doit elle-même solliciter de l'aide pour que son traitement soit efficace.

Une organisation en mouvement

Les nouvelles réalités dans le monde de la dépendance amènent à innover et entraînent le mouvement. Afin de bien illustrer ce contexte particulier, le comité organisateur avait invité deux élèves de l'école de cirque de Disraëli à présenter un numéro acrobatique et à témoigner de ce que ce programme de motivation scolaire leur avait apporté. Empreints d'émotion et livrés de manière convaincante, leurs témoignages sont venus renforcer la perception des participants quant à l'importance de la motivation et de porter sur l'autre un regard confiant pour favoriser son estime personnelle. Au cours des dernières années, grâce à deux programmes de motivation scolaire, la Polyvalente de Disraëli a vu son taux de persévérance scolaire passer de 56 à plus de 80 %. À l'instar du monde de l'éducation, le monde de la dépendance est lui aussi invité à s'adapter constamment.

À propos du plan d'action en santé mentale 2012-2017

Annoncé le 9 mai par le ministre de la Santé et des Services sociaux, le plan d'action prévoit la bonification des services de première ligne en santé mentale, le maintien des services offerts dans la communauté pour les personnes souffrant de troubles mentaux modérés, le développement d'une offre de service pour les clientèles marginalisées, l'amélioration du réseautage entre les professionnels de la santé, l'élaboration d'un processus de dépistage rapide pour les troubles d'apprentissage et les troubles mentaux, et ce, tant pour les enfants que les adultes, le déploiement d'outils de prévention ainsi que la poursuite de la lutte contre la stigmatisation des personnes atteintes.