

The background is a solid purple color. Overlaid on this are several white, hand-drawn style lines that form abstract, organic shapes, possibly representing a stylized figure or a network of connections. These lines are scattered across the page, with some forming larger, more defined shapes and others being more fluid and sweeping.

Les systèmes familiaux dans le domaine des addictions

Par D^{re} Veronica Rato



De nombreuses études confirment l'importance cruciale de prendre en compte la famille des patients dans le domaine des addictions.

Les interventions psychothérapeutiques avec l'entourage de nos patients sont un puissant levier thérapeutique, soit par des séances ponctuelles avec un objectif précis soit par une thérapie familiale au sens strict. Leur efficacité, bien établie dans la littérature, s'appuie sur une double dimension:

- la psychoéducation familiale dans le cadre d'une psychothérapie individuelle
- le renforcement des liens intrafamiliaux dans le cadre d'une thérapie familiale

1. Information et déculpabilisation comme soutien à la famille pour aider le patient

Les fondements de la psychoéducation familiale sont recommandés dans toutes les guidelines. Les familles des personnes souffrant d'un trouble addictif sont souvent désemparées, face à leur sentiment d'impuissance pour aider le patient, et confrontées à une stigmatisation sociale liée à la prise de drogue. Beaucoup

de parents seront envahis de culpabilité, d'autres accuseront le patient d'être le responsable des malheurs qui ont frappé la famille. Les interventions ponctuelles visent à aider les proches et les patients à mieux comprendre et gérer l'addiction.

Le but du thérapeute est, tout d'abord, de faire un travail d'information et didactique, permettant à la famille d'en apprendre davantage sur la maladie, ses multiples déterminismes, ses symptômes et ses traitements. Il faut rappeler

que les addictions ont un caractère plurifactoriel, leur étiologie n'est en aucune manière expliquée par un seul facteur causal, notamment la famille. La compréhension de ces troubles en tant que phénomènes complexes et multidimensionnels contribue à soulager d'autant le sentiment de culpabilité.

Au-delà de répondre à l'incompréhension et déconstruire les tabous préexistants, les interventions psychoéducatives ouvrent des perspectives fructueuses dans la prévention, par l'apprentissage de la reconnaissance des signes de rechute. En soutenant les proches sur leur rôle dans le repérage et la prévention de la rechute, en identifiant leurs capacités de communication et de résolution de conflit, ces interventions aspirent à renforcer la résilience familiale et ainsi à recréer une bulle familiale saine.

2. Le renforcement des liens intrafamiliaux comme adjuvant au traitement du patient

Les interactions entre les conduites addictives et les systèmes familiaux sont bien connues. La thérapie systémique inclut toute personne concernée par le trouble addictif, soit le patient-même, soit ses proches. Cette approche se décline en thérapie conjugale ou familiale et tient compte des niveaux de motivation et d'engagement de chaque membre dans le processus thérapeutique. Le but est de travailler ensemble dans le système familial, de repérer d'éventuels dysfonctionnements

familiaux, plutôt que de se focaliser sur les problèmes de chacun des membres. L'approche systémique permet à la famille de devenir partie de la solution plutôt que du problème, et ses membres peuvent jouer le rôle de co-thérapeutes en amenant des solutions élaborées par les uns et les autres.

.....

“ Le but du thérapeute est de faire un travail permettant à la famille d'en apprendre davantage sur la maladie, ses multiples déterminismes, ses symptômes et ses traitements. ”

.....

Il existe plusieurs difficultés entraînées par l'addiction : la stigmatisation, le rejet ou l'exclusion du patient, mais aussi la culpabilité, la honte ou l'isolement de sa famille. Nous rencontrons des familles marquées par la souffrance, l'échec et souvent le renoncement. L'espace thérapeutique proposé à l'entourage des patients ouvre une nouvelle opportunité de communication non-culpabilisatrice où l'objectif est de se soutenir mutuellement pour tenter d'y faire face ensemble.

Les résultats sont édifiants : avec un terrain familial bienveillant, en complément à la prise en charge individuelle, on observe une réduction de la consommation et des rechutes. De plus, ces effets positifs se poursuivent même après l'arrêt de la thérapie.

Conclusion

L'efficacité des thérapies familiales dans le domaine des addictions, voire même leur supériorité a été confirmée, en association aux éventuels traitements médicamenteux. Les méta-analyses reconnaissent la place de l'entourage familiale comme une alliée dans la prise en charge des patients addicts. De ce fait, les proches sont associés à la prise en charge individuelle, afin de développer l'empathie, réduire la culpabilité et le sentiment d'échec, tant pour la famille que pour le patient, de manière à ce que le terrain soit favorable à l'amélioration du trouble et la prévention du risque de rechute.