

ACCOM- PAGNER

Concept
d'accompagnement


addiction valais
sucht wallis

Introduction

Les conduites addictives et les comportements à risque (alcool, drogue, médicament, jeu d'argent, jeu vidéo, écrans) sont des phénomènes de société qui ont des conséquences négatives pour les personnes concernées et leur entourage.

En 2017, la part de la population valaisanne présentant une consommation d'alcool à risque moyen ou élevé¹ est de 7.3% chez les hommes et de 6.5% chez les femmes. Durant la même année, 7% des Valaisans et Valaisannes âgés entre 15 et 64 ans rapportent avoir consommé du cannabis au moins une fois au cours de l'année, et 6% indiquent avoir consommé au moins une fois dans la vie une substance psychotrope illégale autre que le cannabis².

Les coûts directs et indirects des addictions en Valais sont estimés à 166 millions de francs par année³ (118 millions pour l'alcool, 39 millions pour la drogue et 9 millions pour le jeu d'argent). Les coûts directs estimés s'élèvent à 33 millions pour le système de santé et à 29 millions pour le système de poursuites pénales.

1.1 La Fondation Addiction Valais

Institution privée, sans but lucratif et reconnue d'utilité publique, la Fondation Addiction Valais est la référence cantonale pour les questions liées aux addictions. Son mandat est défini dans l'Ordonnance sur les addictions du 30 mai 2012 édictée par le Conseil d'Etat du Canton du Valais⁴.

La mission d'Addiction Valais est d'offrir, avec ses compétences et ressources, des prestations de qualité aux personnes confrontées directement ou indirectement à des conduites addictives, en respectant les besoins et les ressources de chacun.e. Cette mission se décline dans les axes d'intervention suivants :

- Conseiller et accompagner des personnes et des proches confrontés à des conduites addictives dans un cadre d'intervention adapté
- Réduire les dommages socio-sanitaires et les conséquences négatives de conduites addictives
- Informer et former les partenaires de la Fondation et les acteurs de la société aux questions de conduites addictives

Organisée sur l'ensemble du Canton, l'offre de prestations de la Fondation comprend :

- Les Centres de conseil et d'accompagnement (CCA) de Monthey, Martigny, Sion, Sierre et Viège
- Les Centres de jour de la Villa Flora à Sierre et de via Gampel à Gampel
- Les Centres résidentiels via Gampel à Gampel, Jardin des Berges à Sion et François-Xavier Bagnoud à Salvan
- Le soutien socio-éducatif à domicile (SSED)

¹ Consommation quotidienne d'au moins 4 verres par jour d'une boisson alcoolisée standard (par exemple une bière) pour les hommes et d'au moins 2 verres par jour pour les femmes.

² François M, Gloor V, Favre F, Chiolero A, Observatoire valaisan de la santé (OVS). Perception de la santé et comportements de santé en Valais. Résultats de l'Enquête suisse sur la santé 2017, Valais, Sion, Janvier 2020.

³ Volkswirtschaftliche Kosten von Sucht - Polynomics 2020. Les coûts par habitant indiqués dans l'étude pour la Suisse sont extrapolés à la population valaisanne.

⁴ RS 812.10 – Ordonnance sur les addictions du 30.05.2012

1.2 La définition de l'addiction

La définition de l'addiction retenue par Addiction Valais inclut celle du Groupement romand d'études des addictions (GREAA)⁵. Elle est la suivante :

« L'addiction est la perte de l'autonomie du sujet par rapport à un produit ou un comportement. Elle se caractérise par l'association de la souffrance de la personne et des changements de son rapport au monde. L'addiction résulte d'une interaction entre une personne, des produits et un contexte. Elle ne se résume pas à un problème individuel, mais concerne l'ensemble de la société. »

L'étiologie de l'addiction est bio-psycho-sociale : les facteurs biologiques/génétiques, psychologiques et socio-culturels interagissent dans l'apparition ou la persistance de la conduite addictive^{6 7 8}.

Des **prédispositions biologiques et génétiques** telles que l'âge, le sexe ou la maturité cérébrale peuvent augmenter le risque individuel d'adopter une conduite addictive. Les neurosciences et la neurobiologie ont mis en évidence que des perturbations de processus ou de systèmes cérébraux (plaisir, souffrance, évitement) sont associées à une vulnérabilité vis-à-vis du risque de conduite addictive. L'addiction peut par ailleurs s'installer plus ou moins rapidement selon le produit ou le comportement (par exemple après une ou quelques consommations pour la cocaïne, ou très progressivement pour l'alcool). Tout dépend du potentiel addictif de la substance ou de la pratique, qui dépend lui-même de la personne.

La **dimension psychologique** se rapporte à des processus cognitifs, émotionnels et comportementaux. Une capacité d'attention amoindrie, une forte émotivité, une faible estime de soi, des lacunes au niveau des habiletés sociales, de l'impulsivité, un faible sentiment d'auto-efficacité, une faible capacité à gérer le stress ou un tempérament difficile dans l'enfance (niveau d'activité élevé, faible flexibilité, faible orientation vers la tâche, instabilité d'humeur et retrait social) constituent une liste non exhaustive de facteurs à risque d'adopter une conduite addictive.

Le **contexte social (et culturel)** dans lequel évolue la personne (famille, amis, pairs) participe à la représentation du monde, au sens donné à une expérience, à la perception du risque de la consommation d'une substance ou de l'adoption d'un comportement. Le voisinage du lieu de domicile et le niveau socio-économique jouent également un rôle : par exemple vivre dans un quartier défavorisé ou à forte densité ou avoir un faible revenu augmente le risque de conduite addictive. A cela s'ajoute encore la disponibilité du produit qui facilite ou restreint son accessibilité.

La conceptualisation bio-psycho-sociale des causes de l'addiction est reconnue depuis près d'un demi-siècle et sert de base aux accompagnements et aux traitements des personnes concernées.

⁵ www.grea.ch/dossiers/addiction, consulté le 21.07.2023

⁶ Engel GL., The clinical application of the biopsychosocial model, Am J Psychiatry, no 137, 1980, p. 535-44.

⁷ Claude Olievenstein / La drogue ou la vie – Paris : Robert Laffont, 1983, p. 265-273.

⁸ Berquin A. Le modèle biopsychosocial : beaucoup plus qu'un supplément d'empathie. Revue médicale suisse 2010; 6(258): 1511-3.

1.3 L'objectif du présent document

L'intégration de l'approche bio-psycho-sociale dans les interventions offertes aux personnes concernées oblige à recourir à des modèles et des méthodes qui doivent s'appuyer sur des données probantes. En outre, dans la réalisation de sa mission, Addiction Valais vise à ce que toute personne concernée par une conduite addictive, quels que soient son statut socio-économique et la complexité de sa situation, puisse accéder à des prestations adaptées, dans le respect de ses droits et de sa dignité.

Ainsi, ce document a pour objectif de présenter le concept d'accompagnement de la Fondation Addiction Valais et de décrire les modèles et méthodes d'accompagnement auxquels elle recourt pour accomplir sa mission dans le respect de sa vision. La première partie expose le rétablissement, fil conducteur des activités d'Addiction Valais.

Le Stepped care modèle Addiction Valais, modèle d'intervention institutionnel, ses champs d'action et sa mise en œuvre constituent la deuxième partie. La troisième partie décrit les méthodes d'accompagnement utilisées par les professionnels. Le document se termine par la présentation des prestations offertes dans chaque cadre d'intervention de la Fondation.

Le rétablissement, philosophie de l'accompagnement

Le rétablissement de la personne oriente le développement des pratiques professionnelles et des prestations d'Addiction Valais. Philosophie de l'accompagnement, il en constitue aussi l'objectif final. Le rétablissement comprend trois composantes principales, disjointes ou non, qui sont⁹ :

- Le rétablissement personnel qui est la redéfinition d'une identité positive au-delà de la conduite addictive
- Le rétablissement clinique qui comprend la disparition des symptômes liés à la conduite addictive (perte de contrôle, craving...) et le (ré)apprentissage d'aptitudes permettant d'être et de faire dans sa vie personnelle et dans la société
- Le rétablissement social qui touche à l'inclusion sociale de la personne.

2.1 La vision du rétablissement

Le rétablissement est une expérience unique pour chaque personne¹⁰. C'est un processus de changement où la façon de se rétablir et le rythme avec lequel on se rétablit sont propres à chacun.e. Ce processus peut comprendre des périodes d'avancées, mais aussi de stagnation et de reculs. Il est non linéaire.

L'espoir en une vie meilleure est le moteur qui permet à la personne d'aller de l'avant et de s'engager dans des activités ou des projets qui feront davantage valoir son potentiel ou amélioreront sa qualité de vie¹¹. La réduction, le contrôle et la stabilité de la conduite addictive ne constituent ainsi pas des buts en soi, mais des moyens pour que la personne parvienne à la gestion autonome de sa santé et de sa vie en général.

2.2 Les valeurs du rétablissement

Les principales valeurs véhiculées par le rétablissement et qui sont exprimées par Addiction Valais sont les suivantes :

- La personne est au centre de son accompagnement ; la dignité de la personne, son savoir expérientiel et ses ressources, son autodétermination et sa liberté de choix sont reconnus
- Le soutien offert par l'environnement de la personne peut contribuer à la promotion du rétablissement de la personne ; l'importance accordée à ce soutien varie d'une personne à l'autre
- Les indicateurs de résultats liés au rétablissement ont une signification particulière pour chaque personne. Ils comprennent la qualité de vie, l'état de santé physique, l'état de santé psychologique, ainsi que la possibilité de jouer un rôle et d'être intégré dans la société
- L'offre de prestations et les approches utilisées sont fondées sur des données probantes

⁹ Dubreucq J. Quels outils thérapeutiques en faveur du rétablissement dans la schizophrénie ? Annales Médico-Psychologiques 2021(179), 363-369. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2021.02.017>

¹⁰ Provencher HL. Le paradigme du rétablissement : 1. Une expérience globale de santé. Le partenaire 2007; 15(1): 4-212.

¹¹ Andresen, R., Oades, L., & Caputi, P. (2003). The experience of recovery from schizophrenia: towards an empirically validated stage model. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 37(5), 586-594. doi:10.1046/j.1440-614.2003.01234.x.

2.3 Les prestations orientées vers le rétablissement

L'organisation des prestations orientées vers le rétablissement vise à offrir un choix à la personne (selon ses besoins, ses forces, ses ressources) et à s'adapter à ses préférences, à son cadre de vie et à ses aspirations. Par l'acquisition de nouvelles capacités, les prestations d'Addiction Valais favorisent la consolidation du pouvoir d'agir de la personne, la création d'une vision positive d'elle-même et l'exercice du contrôle qu'elle désire avoir sur sa vie.

L'objectif de l'accompagnement associé à la conduite addictive est transformé : l'accompagnement est institué comme un appui à la qualité de vie telle que définie par la personne elle-même. Il doit mettre en place des ressources et stratégies à long terme nécessaires au maintien de cette qualité de vie, malgré la persistance possible de la conduite addictive et de certains troubles associés.

L'orientation des prestations vers le rétablissement est régulièrement évaluée. Les personnes concernées et les membres de leur environnement sont sollicités afin de donner leur point de vue et de renforcer leur rôle comme partenaires dans le développement des prestations de la Fondation. Addiction Valais reconnaît par ailleurs que l'accompagnement de la personne dans son projet de vie global dépasse en réalité sa propre offre de prestations. La collaboration avec les partenaires et autres systèmes de services (santé, éducation, travail, justice) est mise en place pour offrir la plus large gamme de services et prestations possible.

2.4 L'attitude et la posture des professionnel.les

En travaillant avec les ressources de la personne, les professionnel.les d'Addiction Valais favorisent son rétablissement en axant leur intervention sur les aspects suivants :

- la poursuite des objectifs de la personne
- l'ajustement en continu des moyens permettant l'atteinte des objectifs
- le travail sur la conduite addictive et/ou les symptômes et/ou risques associés
- le soutien à la mise en place de stratégies, de coping¹²
- le soutien au fonctionnement quotidien professionnel et/ou social, au développement ou au maintien de liens sociaux

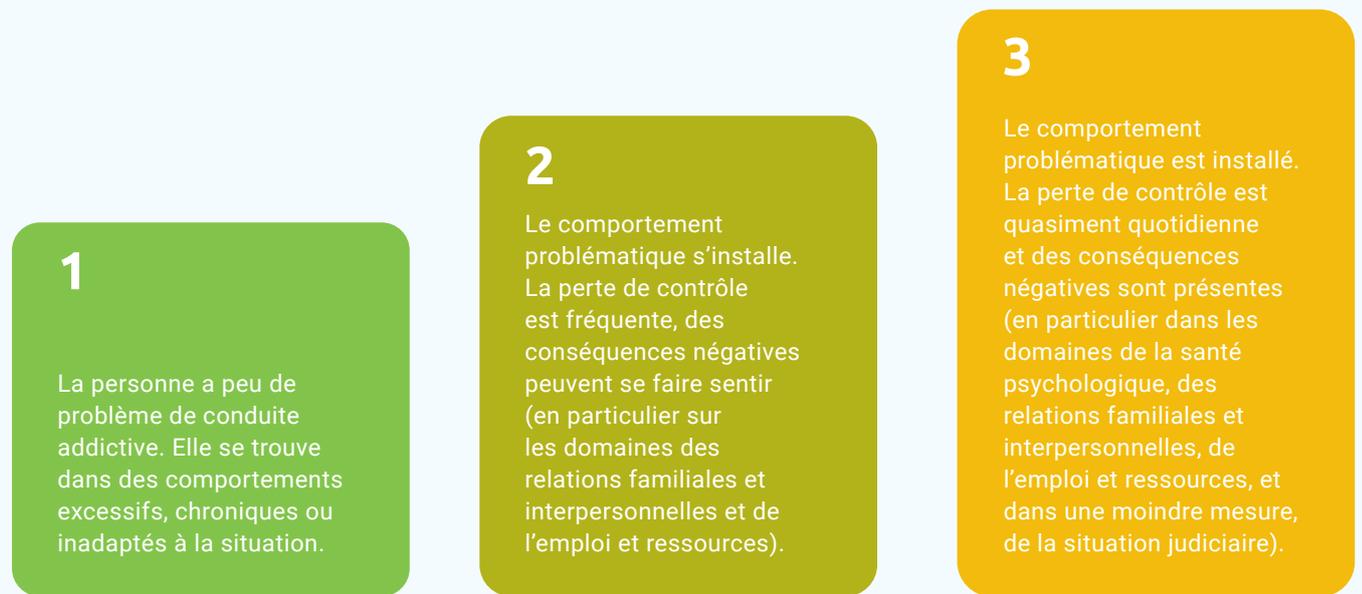
Les qualités personnelles et les compétences des professionnel.les, leur attitude et leur posture contribuent grandement au rétablissement de la personne. En considérant que les solutions appartiennent à la personne, les professionnel.les d'Addiction Valais collaborent avec elle là où elle en est avec sa conduite addictive et son stade de changement. Ils.elles recherchent un consensus avec elle, recherchent son adhésion sans vouloir la persuader, la soutiennent dans le développement de son autonomie et de son pouvoir d'agir. Ils.elles prennent en compte en tout temps sa situation globale et son environnement.

Les professionnel.les sont appelé.es à faire preuve d'empathie, à favoriser la confiance et l'estime de soi, à démontrer qu'ils.elles croient en la capacité de la personne à atteindre ses buts, à mettre l'accent sur ses forces. Ils.elles veillent à mettre leur expérience, leur expertise théorique et leurs connaissances au service d'un soutien à des choix libres et éclairés de la personne. Ils.elles sont disposé.es à apprendre des personnes ayant un savoir expérientiel du rétablissement, font preuve d'humilité et démontrent leur engagement envers une approche réflexive.

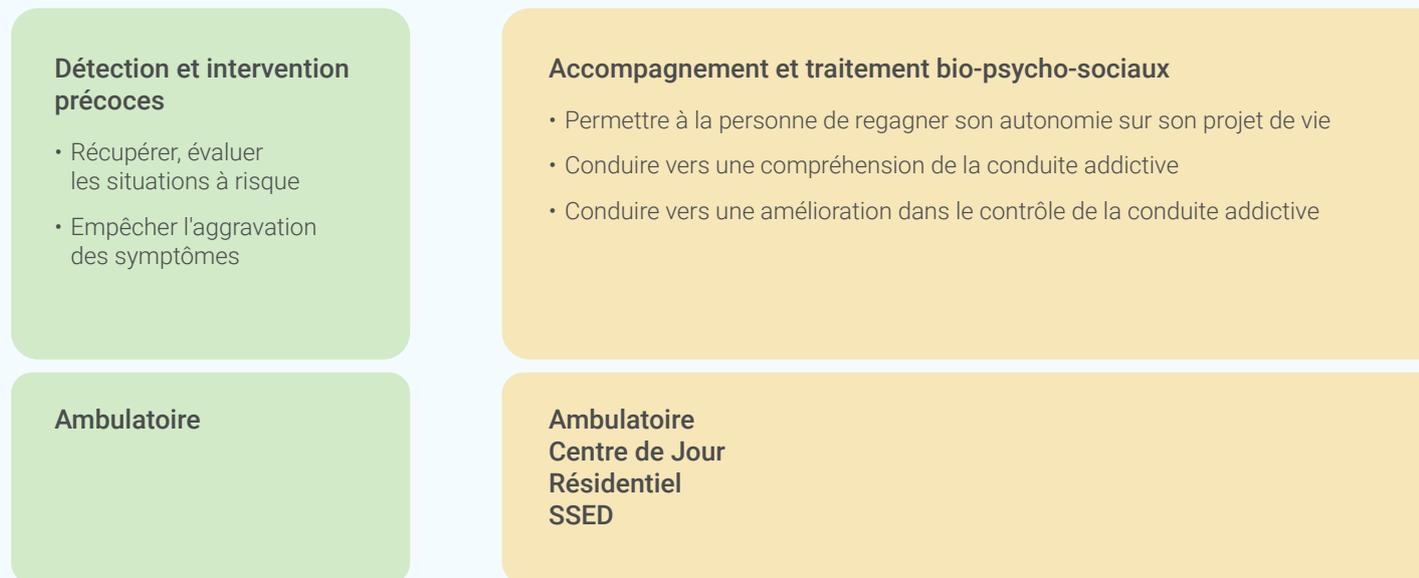
¹² Ensemble des pensées et des actes développés par une personne pour résoudre les problèmes auxquels elle est confrontée et ainsi de réduire le stress qu'ils engendrent.

Stepped care modèle Addiction Valais

Un cadre global d'intervention et d'orientation pour offrir des prestations adaptées dans le respect des droits et de la dignité de la personne, en garantissant à chacun.e un accès équitable à ces prestations.



Processus de rétablissement de la personne



Niveau de prestations efficient, centré sur les besoins et les ressources de la personne



Figure 1. Cadre global du Stepped care modèle Addiction Valais

Le Stepped care modèle Addiction Valais

Le *Stepped care modèle Addiction Valais* est le modèle d'intervention institutionnel d'Addiction Valais. Il intègre l'ensemble des piliers de la Stratégie nationale Addiction 2017-2024¹³ et a pour objectifs de :

- offrir à chaque personne le bon accompagnement au bon moment
- assurer la cohérence des prestations de la Fondation ainsi que celle des interventions de ses professionnel.les
- décrire la complexité des situations rencontrées par les partenaires de la Fondation et de favoriser la compréhension commune de ces situations

Le modèle institue une organisation des prestations dans laquelle les interventions sont hiérarchisées à partir des problèmes et des besoins de la personne¹⁴. Il se veut pragmatique et flexible.

3.1 Le cadre global

Le *Stepped care modèle Addiction Valais* (Figure 1) fournit un cadre d'intervention et d'orientation global dont l'objectif est de permettre à toute personne concernée par une conduite addictive d'accéder à des prestations adaptées à ses besoins et à ses ressources.

Les éléments de base suivants sont fixés :

- Le modèle établit une complexification graduelle des problématiques de conduites addictives et des problèmes associés rencontrés, qui exprime de façon simplifiée l'ensemble des situations dans laquelle une personne concernée peut se trouver
- Associés aux niveaux de complexité s'adosent trois champs d'action possibles, chacun avec ses objectifs généraux : Détection et intervention précoces, Accompagnement et traitement bio-psycho-sociaux et Réduction des risques. Chaque champ d'action propose des cadres d'intervention avec des degrés d'exigences différents afin de pouvoir poursuivre les objectifs généraux de la personne avec un niveau de prestations adapté à ses objectifs, ses ressources et ses besoins particuliers
- Le cadre global inscrit le processus de rétablissement de la personne comme moteur de la détermination du niveau de prestations le mieux adapté à la personne

3.2 Les champs d'action

La détection et l'intervention précoces

Dans le champ d'action Détection et intervention précoces, Addiction Valais vise à repérer et à accompagner, à un stade précoce, les personnes avec une conduite addictive en les sensibilisant aux conséquences négatives de cette conduite et en les motivant à modifier leur comportement afin de les engager dans un processus de changement.

¹³ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/strategie-und-politik/nationale-gesundheitsstrategien/strategie-sucht.html

¹⁴ Fleury M-J, Grenier G. État de situation sur la santé mentale au Québec et réponse du système de santé et de services sociaux. Commissaire à la santé et au bien-être du Québec 2012; Gouvernement du Québec.

La détection précoce est une condition préalable à l'intervention précoce, et elle n'a de sens que s'il est possible d'intervenir le cas échéant et que l'on intervient effectivement. Addiction Valais inscrit ainsi ses prestations dans un continuum d'actions, en collaboration avec les professionnels sur le terrain et les partenaires, avec les objectifs :

- d'améliorer la sensibilité et les connaissances des professionnels et des partenaires en matière d'addiction
- d'améliorer les capacités à reconnaître les symptômes et les signes visibles de comportement à risque et/ou problématique et d'agir de manière systématique et professionnelle
- d'informer, conseiller, stimuler et inciter la personne concernée à changer certains comportements en l'encourageant à trouver en elle-même les ressources pour changer

Les accompagnements et traitements bio-psycho-sociaux

La prise en compte des facteurs bio-psycho-sociaux et de leur interaction constituent les principes de base des accompagnements des personnes. Aucun des trois facteurs ne se voit accorder de prépondérance a priori, même si leur importance relative peut varier au cours du temps. Ils ne sont pas considérés séquentiellement mais intégrés en permanence et sans exclusion.

Les objectifs des prestations du champ Accompagnement et traitement bio-psycho-sociaux sont de

- améliorer la qualité de vie de la personne concernée
- réduire ou supprimer sa conduite addictive
- favoriser sa (ré)intégration dans la société

Les besoins et les ressources de la personne, son parcours de vie, son environnement familial, professionnel et/ou médical sont mobilisés. Basé sur des objectifs spécifiques et des moyens élaborés avec la personne (qui composent ainsi un plan d'intervention individualisé), le soutien est articulé autour de son autonomie, de ses choix et de son rythme. La complexité de la conduite addictive et/ou des problèmes associés demande de pouvoir bénéficier de prestations plus ou moins rapprochées et/ou plus ou moins intenses, de soutenir un plus grand engagement dans la (re)définition ou la consolidation de son projet de vie, dans la compréhension de sa conduite addictive, dans le travail sur soi, dans l'acquisition de l'autonomie nécessaire à l'insertion ou la réinsertion sociale et professionnelle. Ainsi, pour favoriser l'atteinte de ses buts, la personne peut être accompagnée lors de son parcours de rétablissement dans différents cadres d'intervention (ambulatoire, centre de jour, résidentiel et SSED), chacun ayant son propre niveau d'exigence, ses objectifs et moyens spécifiques.

La réduction des risques

Les conduites addictives comportent des risques et peuvent provoquer des dommages qui sont d'ordre sanitaire (blessures, intoxications, overdoses, transmission de maladies infectieuses...), psychologique (troubles anxieux, troubles de l'humeur, conduites suicidaires...) ou social (exclusion, isolement social et relationnel, conséquences judiciaires, violence...). De façon générale, la réduction des risques (RdR) vise à minimiser ces effets négatifs sur les personnes et sur la société.

Le champ d'action spécifique de RdR au sein d'Addiction Valais s'inscrit principalement dans la volonté d'accompagner les personnes et/ou d'aller vers elles quoi qu'il arrive, sans jugement ni objectif préétabli, afin de répondre à leurs besoins pragmatiques à tout moment de leur parcours, dans le respect de leurs pratiques et objectifs de consommation et de leurs expériences vécues, quels qu'ils soient. Addiction Valais vise en particulier à (re)créer, maintenir un lien avec les personnes en situation de vulnérabilité psychosociale et/ou de précarité ; elle cherche à garder le contact avec les personnes tendant à vivre dans l'exclusion et/ou qui ont échappé aux dispositifs socio-thérapeutiques.

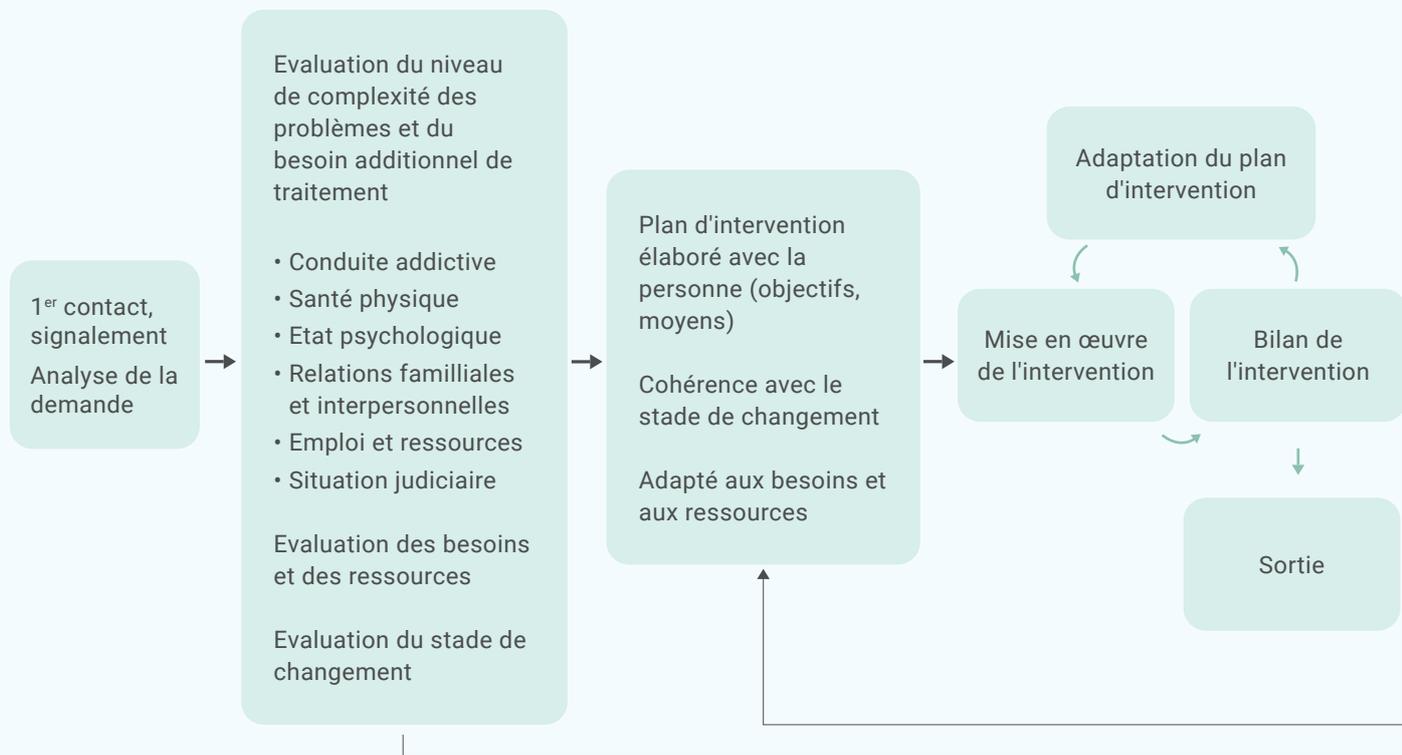
Processus d'accompagnement

Le processus d'accompagnement se base sur l'accompagnement intégré, caractérisé par un enchaînement de dispositifs dans la durée, la complémentarité sur un même moment d'intervention et l'intégration de plusieurs méthodes et approches.

Mise en œuvre du modèle d'intervention orientée vers le rétablissement

Ambulatoire

Monthey, Martigny, Sion, Sierre, Viège



Accompagnement inter- et multidisciplinaire de type case management

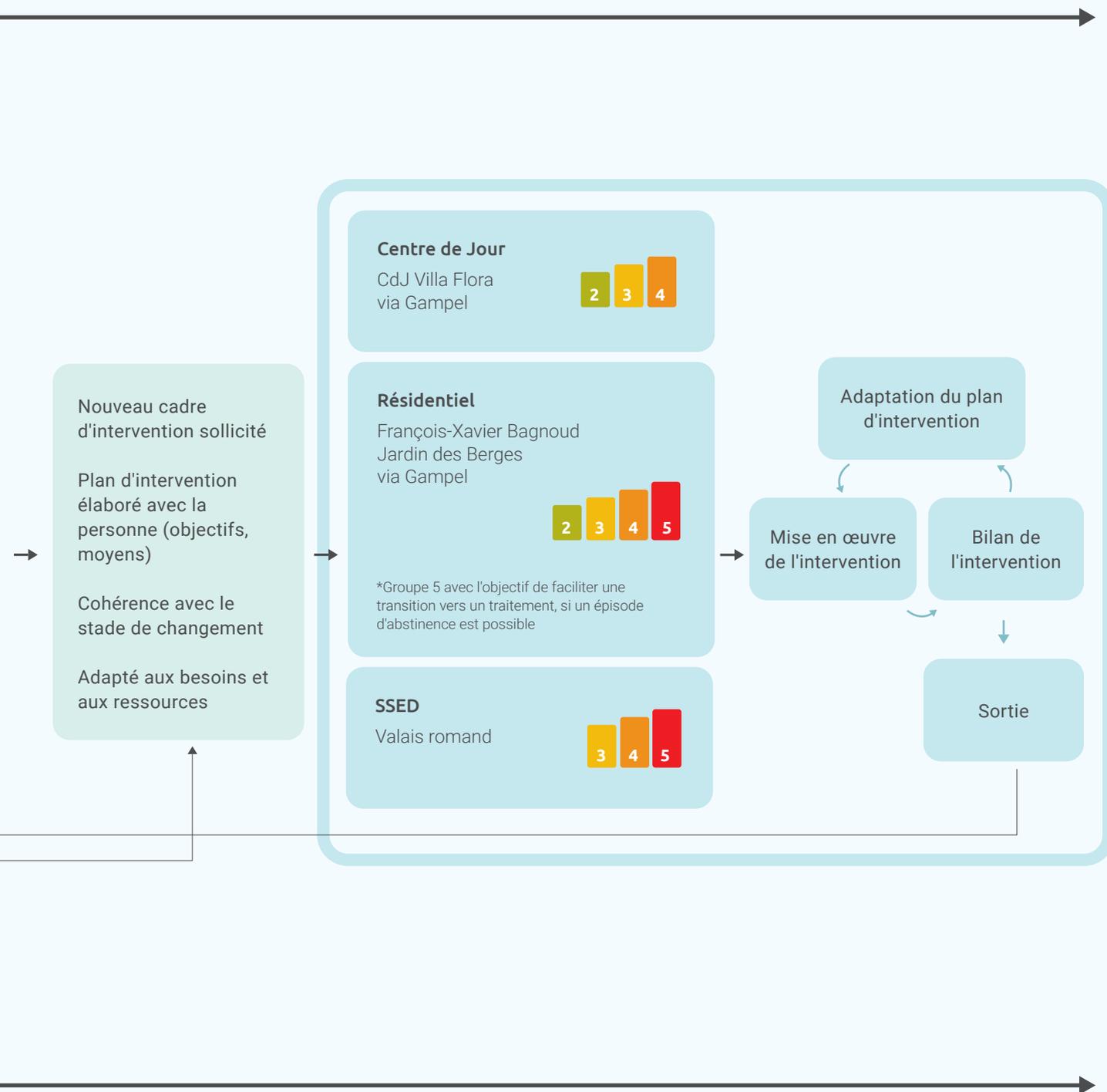


Figure 2. Processus de mise en œuvre du Stepped care modèle au sein des centres d'Addiction Valais.

3.3 La mise en œuvre

Le processus d'accompagnement

La mise en œuvre du *Stepped care modèle Addiction Valais* établit un processus d'accompagnement orienté vers le rétablissement où chaque étape de la trajectoire de la personne au sein de la Fondation considère les prestations offertes comme des moyens particuliers pour la personne d'atteindre ses buts (Figure 2). Une évaluation initiale de la complexité de la situation (évaluation bio-psycho-sociale), des besoins et ressources ainsi que du stade de changement de la personne est réalisée au sein d'un Centre de conseil et d'accompagnement (CCA).

A sa suite, le.la professionnel.le fixe avec la personne des objectifs spécifiques accompagnés de moyens pour les atteindre qui tiennent compte des besoins et des ressources identifiés. Ces moyens et objectifs particuliers figurent dans un plan d'intervention qui est régulièrement évalué (bilan de l'intervention qui fait état de la progression de la personne dans l'atteinte de ses objectifs avec les moyens utilisés) et adapté si nécessaire. A chaque bilan, un nouveau cadre d'intervention peut potentiellement être sollicité.

L'inter- et multidisciplinarité

L'approche bio-psycho-sociale sur laquelle se fonde l'intervention d'Addiction Valais appelle à mener un travail d'accompagnement inter- et multidisciplinaire. Par ailleurs, l'accompagnement d'Addiction Valais constitue un moment particulier dans le processus de rétablissement de la personne.

L'intégration de multiples perspectives disciplinaires permet d'augmenter la pertinence de l'intervention centrée sur la conduite addictive, elle amène un regard global sur la situation de la personne et rend efficiente l'évaluation des problèmes complexes. Addiction Valais intègre ainsi l'ensemble des champs disciplinaires spécifiques et compte de multiples compétences professionnelles (assistant.e social.e, éducateur.rice social.e, psychologue, infirmier.ère en psychiatrie). Addiction Valais s'appuie également sur les compétences du réseau médico-social, familial, social, voire professionnel de la personne accompagnée, en fonction de ses besoins et de ses ressources.

L'accompagnement de type case management

Addiction Valais recherche en permanence la cohérence et la continuité des prestations offertes, ainsi que l'accessibilité aux prestations souhaitées. Elle vise à assurer l'adéquation de ces prestations avec les objectifs poursuivis par la personne. Pour ce faire, elle adopte une démarche d'accompagnement de type case management¹⁵ assurée par un.e intervenant.e en addiction d'un CCA qui devient le.la professionnel.le de référence tout au long du parcours de la personne au sein de la Fondation.

¹⁵ Netzwerk Case Management Schweiz, www.netzwerk-cm.ch, consulté le 21.07.2023

Les méthodes d'accompagnement

Les principes et valeurs du rétablissement et du *Stepped care modèle Addiction Valais* exigent que les prestations fournies soient fondées sur des données probantes. Les méthodes d'accompagnement reconnues comme les plus efficaces sur le rétablissement à long terme de la personne visent à favoriser sa motivation au changement, à améliorer son adaptation aux conditions de son environnement, à diminuer le craving¹⁶ et à développer des stratégies de coping. Il s'agit par exemple de trouver des moyens de gérer les émotions difficiles, de faire face aux circonstances négatives de la vie, de renforcer le soutien social à la réduction de la conduite addictive.

4.1 L'approche motivationnelle

L'approche motivationnelle repose sur le principe fondamental que le changement doit venir de l'intérieur de la personne elle-même et que la personne est plus susceptible de réaliser ce changement lorsqu'elle est motivée de manière intrinsèque plutôt que poussée par des pressions extérieures. Cette méthode prend en compte l'ambivalence naturelle des personnes face au changement et cherche à renforcer leur motivation interne pour aller vers un comportement positif.

L'analyse de la motivation de la personne se réfère au :

- Modèle transthéorique du changement¹⁷. Ce modèle met en avant six étapes de changement dans la conduite addictive : pré contemplation, contemplation, détermination, action, maintien, rechute et sortie. La posture du/de la professionnel.le, les objectifs et les moyens proposés sont adaptés en fonction du stade de changement où se situe la personne accompagnée.
- Concept de l'approche motivationnelle¹⁸. Cette approche se centre sur les stratégies visant à préparer la personne à modifier ses comportements face à la conduite addictive notamment. Elle privilégie une attitude thérapeutique non confrontante, prônant l'information objective, l'empathie, l'encouragement, l'adaptation au rythme de la personne dans son processus de changement.

Parmi les approches motivationnelles, l'entretien motivationnel constitue un des types d'intervention le plus largement utilisé. Il a pour objectif de faire ressortir chez la personne des arguments en faveur d'un changement¹⁹.

¹⁶ Impulsion vécue sur un instant donné, véhiculant un besoin irrépressible de consommation d'un produit psychoactif et sa recherche compulsive ou encore l'application d'un comportement.

¹⁷ Prochaska, Norcross, Di Clemente 1982

¹⁸ Miller et Rollnick 1991

¹⁹ Levasseur E. L'entretien motivationnel pour préparer le changement : Université de Caen Basse-Normandie; 2005.

4.2 Les approches psycho-sociales

De façon générale, les approches psycho-sociales visent à aider les personnes à comprendre les causes sous-jacentes à leur conduite addictive, à les aider à développer des compétences, des habiletés, des mécanismes d'adaptation et des stratégies pour faire face à leurs problèmes afin de leur permettre de mener une vie plus épanouissante et équilibrée²⁰.

Elles comprennent un ensemble de méthodes, techniques et outils²¹ qui cherchent à renforcer chez la personne des types de compétences interdépendants :

- les compétences **sociales**, associées à la communication (expression, écoute), à la résistance à la pression (affirmation de soi, négociation, gestion des conflits), à l'empathie et à la collaboration en groupe
- les compétences **psychologiques** qui se réfèrent à la régulation émotionnelle (colère, anxiété, coping), à la gestion du stress (gestion du temps, pensée positive), à la confiance en soi et à l'estime de soi

Dans leurs interventions, les professionnel.les d'Addiction Valais

- mettent l'accent sur les interactions et les liens entre les différents systèmes dans lesquels la personne évolue (ses relations familiales, ses relations sociales, ses influences culturelles et la dynamique des groupes auxquels elle appartient) et s'intéressent au contexte dans lequel la conduite addictive s'est développée. Il s'agit de favoriser une meilleure communication et d'aider chaque membre du système à exprimer ses besoins et ses émotions, de créer un environnement plus sain et plus soutenant pour la personne concernée
- visent à favoriser chez la personne une meilleure connaissance et compréhension de ses modes de pensée et de ses réactions afin qu'elle soit en capacité de faire face à des situations à haut risque et aux facteurs déclenchant d'une potentielle rechute²²
- visent à développer des compétences qui aident à réguler les émotions et à surmonter les problèmes interpersonnels et intrapersonnels dans les différents domaines de la vie qui sont considérés comme fonctionnellement liés à la conduite addictive
- cherchent à enseigner et à développer des compétences pratiques et des habiletés pour faire face aux défis quotidiens sans recourir à des conduites addictives

Les différentes approches psycho-sociales sont complémentaires et peuvent être associées selon la personnalité, la gravité de la conduite addictive ou le soutien social disponible. Leur cadre d'application comprend des entretiens individuels, des groupes thérapeutiques, des ateliers thérapeutiques, des entretiens de famille, des entretiens de réseau, des activités de (ré)insertion sociale et/ou professionnelle.

²⁰ L'OMS a défini en 1993 les compétences psycho-sociales comme étant « la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude de la personne à maintenir un état de bien-être subjectif qui lui permet d'adopter un comportement approprié et positif à l'occasion d'interactions avec les autres, sa propre culture et son environnement ».

²¹ Par exemple la thérapie cognitivo-comportementale, l'approche systémique et la thérapie familiale, les approches basées sur la pleine conscience ou encore l'approche psychodynamique.

²² Brown T, Dongier M, Graves G. Availability and use of evidence-based treatment. Substance abuse in Canada: Current challenges and choices. Ottawa, Canada : Canadian Centre on Substance Abuse (CCSA); 2005 : 23-9.

Les prestations des différents cadres d'intervention

Les prestations de la Fondation sont fournies dans différents cadres d'intervention organisés en secteurs ambulatoire et résidentiel, chaque cadre ayant des niveaux d'exigence, des objectifs et des moyens particuliers.

5.1 Les prestations ambulatoires

Les Centres de conseil et d'accompagnement

Les Centres de conseil et d'accompagnement d'Addiction Valais offrent des prestations de conseil et d'accompagnement à toute personne concernée directement ou indirectement (proche, enfant) par une conduite addictive.

L'objectif général de ces prestations est l'amélioration de la qualité de vie de la personne et de son autonomie. Les objectifs spécifiques sont propres à chaque personne, et peuvent comprendre :

- évaluer et travailler sur la conduite addictive
- favoriser la motivation au changement
- soutenir la personne vers une amélioration du contrôle de la conduite addictive
- comprendre les conduites addictives et améliorer la compréhension des parcours d'accompagnement
- éviter que la conduite addictive et ses conséquences ne se péjorent
- augmenter la capacité de la personne à surmonter des crises et prévenir les rechutes
- aider la personne à exercer son autonomie
- permettre ou maintenir la (re)connexion à soi-même, à son groupe, à son environnement
- aider à (re)construire son sentiment d'appartenance
- aider à reprendre sa place dans sa vie familiale et à assurer son rôle dans sa famille
- aider à (re)trouver un emploi du temps équilibré pour la personne
- réduire le risque sanitaire et/ou le risque social
- maintenir le lien avec Addiction Valais et/ou son système

Faisant suite à une anamnèse spécialisée et à une évaluation de la situation de la personne, l'intervenant.e ambulatoire élabore avec elle son plan d'intervention (détermination des objectifs de la personne et des moyens pour les atteindre). L'intervenant.e fournit et/ou organise ensuite les prestations individuelles ou en groupe associées au projet de rétablissement de la personne, évalue et adapte le plan d'intervention.

Afin d'assurer la meilleure accessibilité des prestations, les Centres de conseil et d'accompagnement sont répartis sur l'ensemble du territoire valaisan (Monthey, Martigny, Sion, Sierre et Viège) et les prestations sont gratuites.

Les Centres de jour

Le Centre de jour offre un espace de prestations qui permet le développement de compétences et d'habiletés personnelles au travers de l'apprentissage, l'expérimentation, l'étayage et l'adaptation. Il propose des prestations qui se situent à l'interface entre le Conseil et accompagnement ambulatoire et l'accompagnement résidentiel, et qui comprennent des activités occupationnelles, thérapeutiques, de réinsertion sociale ou professionnelle et/ou de job coaching.

L'accompagnement vise en particulier à

- travailler sur la conduite addictive
- travailler sur les émotions
- restaurer ou renforcer l'estime de soi
- permettre de se confronter à des normes, à des contextes, à des situations qui sont proches de la réalité quotidienne
- permettre de développer diverses stratégies pour faire face aux situations et facteurs stressants du quotidien
- soutenir la capacité à structurer et organiser la journée
- mobiliser, adapter, développer les compétences professionnelles
- renforcer l'autonomie et la prise de responsabilité
- préparer aux exigences du marché du travail associées à des compétences sociales
- exercer la communication, le travail en groupe, la solidarité, le partage de ses ressentis et de son expérience

Les prestations de centre de jour sont offertes au Centre de jour Villa Flora (à Sierre) et au centre via Gampel (à Gampel)

Le SSED

Le soutien socio-éducatif à domicile (SSED) s'adresse à des personnes qui ont besoin d'un étayage social régulier pour retrouver un domicile suite à un séjour dans une institution ou pour rester à domicile ou à des personnes dont la problématique comportementale ne permet pas d'évoluer dans un contexte communautaire.

Intervention qui se veut centrée sur l'accompagnement direct des personnes dans leurs besoins, le SSED vise à favoriser le maintien à domicile et l'accès à des conditions de vie ordinaires. Les objectifs spécifiques sont notamment de

- analyser et développer des stratégies pour gérer le quotidien à domicile en tenant compte de la conduite addictive
- contribuer au développement et au renforcement des compétences et des ressources
- participer à la réduction des risques sociaux et sanitaires
- accompagner la personne vers des projets de soins, voire les réactiver
- participer à la structuration du temps, à la réinsertion sociale, professionnelle, culturelle et citoyenne
- contribuer à la restauration des liens sociaux
- activer et/ou participer à la coordination du réseau de soins et de soutien

5.2 Les prestations résidentielles

Les prestations résidentielles organisent dans un lieu d'hébergement un accompagnement professionnel et intensif fourni par une équipe pluridisciplinaire. Les prestations sont groupées et/ou plus intenses afin de soutenir un engagement plus fort de la personne dans la (re)définition ou la consolidation de son projet de vie, dans la compréhension de sa conduite addictive, dans le travail sur soi, dans l'acquisition de l'autonomie nécessaire à sa (ré)insertion sociale et professionnelle.

S'appuyant sur le rôle clé du groupe, l'accompagnement résidentiel permet le développement de la discussion et d'échanges autour de l'addiction, de partager ses émotions, ses peurs et ses espoirs. Son objectif général est de permettre à la personne de réactiver ses compétences relationnelles et de renforcer ses compétences professionnelles et organisationnelles.

En offrant un cadre permettant d'expérimenter l'abstinence, les objectifs spécifiques de l'accompagnement résidentiel comprennent notamment :

- travailler sur la conduite addictive
- protéger d'un environnement de consommation
- favoriser l'amélioration de la santé somatique et psychique
- (re)créer du lien social et familial
- travailler à (re)construire un emploi du temps équilibré pour la personne
- (ré)insérer socialement et professionnellement

Les prestations résidentielles sont offertes dans trois centres résidentiels, via Gampel à Gampel, le Jardin des Berges à Sion et François-Xavier Bagnoud à Salvan.

via Gampel

L'accompagnement au via Gampel se déroule autour de la mise en place de stratégies de changement et met l'accent sur l'inclusion socio-professionnelle globale de la personne. Il est orienté vers la société et inclut les proches qui sont considérés comme un soutien au rétablissement.

Jardin des Berges

L'accompagnement au Jardin des Berges prône une ouverture vers la société qui soit progressive et adaptée à la situation de la personne et à son projet de vie. Un travail soutenu avec l'environnement propre de la personne et avec les partenaires du réseau socio-sanitaire constitue un élément particulièrement important de l'accompagnement.

François-Xavier Bagnoud

Favorisant une mise au vert, François-Xavier Bagnoud offre un accompagnement communautaire qui met l'accent sur des activités en extérieur, des activités artistiques et des activités associées aux tâches de la vie quotidienne. L'accompagnement proposé favorise dans un cadre contenant le développement de compétences organisationnelles, sociales et professionnelles.

Addiction Valais

Avenue de la Gare 3 | CP 374 | 1950 Sion

info@addiction-valais.ch

addiction-valais.ch

027 329 89 00



addiction valais
sucht wallis