

Table des matières

Préface de la première édition : l'alcoolodépendance un chemin de croissance, 2006	5
Préface de l'édition de 2018	7
INTRODUCTION.....	9

Première partie L'alcoolodépendance

CHAPITRE 1	Qu'est-ce que l'alcoolodépendance?	15
	Une maladie bio-psycho-médico-sociale.....	15
	L'installation dans la dépendance est très progressive.....	16
	Ce qui favorise la dépendance.....	19
	Le système de récompense	22
CHAPITRE 2	Différents modes de consommation excessifs d'alcool	35
	L'éclairage par les classifications	35
	Les intoxications éthyliques aiguës	39
	Les conduites d'alcoolisation chez les adolescents et jeunes adultes	40
	Les particularités de l'alcoolisation chez les femmes	41
	L'alcoolisation pendant la grossesse	43
	L'alcoolisation chez les seniors	44
	La reprise de l'alcool après une période d'abstinence	45
CHAPITRE 3	Différentes approches des soins	49
	L'évolution des pensées concernant les soins	50

Des Centres d'hygiène alimentaires (CHA) vers les Centres de soins,
d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA)
et les Consultations hospitalières en addictologie..... 51

Les soins 53

CHAPITRE 4 Les comorbidités 65

Les addictions à des produits 65

Les addictions comportementales 70

Les pathologies psychiatriques..... 74

Les troubles de la personnalité..... 95

DEUXIÈME PARTIE
Comprendre l'être humain

CHAPITRE 5 Le fonctionnement de la personnalité saine 99

L'image et l'idéal de soi..... 99

L'Être 104

Intelligence, liberté, volonté: trois facultés mentales indispensables..... 111

La sensibilité 124

La conscience profonde..... 128

CHAPITRE 6 Différents facteurs de vulnérabilité..... 135

Les blessures psychologiques..... 135

La difficulté à être soi 138

Les réactions disproportionnées et répétitives 141

Les mécanismes de compensation 148

Le système de défense 151

CHAPITRE 7 Le corps 157

Sa réalité psycho-physiologique 157

Les troubles du sommeil 161

La fatigue 163

Les phénomènes douloureux..... 165

La sexualité..... 167

TROISIÈME PARTIE

Cheminer

CHAPITRE 8	Les étapes du cheminement	179
	La prise de conscience du problème est progressive.....	179
	Pourquoi est-il difficile d'entrer dans le soin?.....	180
	Trouver la motivation pour entrer dans le soin et continuer	181
	Le déclic	182
	Se faire confiance.....	184
	Renoncer à l'alcool	186
	Revenir à la maison après un soin en résidentiel.....	188
	Accepter sa maladie	190
	Demeurer vigilant	193
	Apprendre à être patient avec soi-même.....	194
CHAPITRE 9	Les pièges	197
	La fausse acceptation	197
	Différents fonctionnements spécifiques	198
	La dépendance affective	200
	Quelques facteurs pouvant déclencher une ré-alcoolisation	203
	Différents phénomènes de pensée	204
CHAPITRE 10	Différents outils.....	209
	Travailler sur soi	209
	Mettre de l'ordre dans sa vie	215
	À quoi sert (servait) l'alcool dans ma vie?	218
	Dialoguer avec soi-même.....	220
	Quelques attitudes intérieures permettant d'avancer.....	224
CHAPITRE 11	Le rôle de la famille et de l'entourage.....	229
	Qui est impliqué au niveau de l'entourage?.....	229
	La souffrance du milieu familial	230
	La codépendance	233
	La place des enfants de malades alcoolodépendants	234
	Communiquer avec le/la malade	236
	La place des groupes dans la formation des aidants	241
PERSPECTIVES ET CONCLUSIONS : Prévenir l'alcoolodépendance.....		245

Schémas	252
Grilles pour un travail sur soi.....	252
ANNEXES	
Annexe 1 : trouble de l'usage de l'alcool selon le DSM-5.....	253
Annexe 2 : Le mythe d'Œdipe	254
Annexe 3 : « L'addiction ».....	255
RÉFÉRENCES	257