

LA PREVENTION CONTRE LES CONDUITES DOPANTES EN ENTREPRISE : POUR UNE ECOLOGIE DE L'ETRE

Extraits du mémoire soutenu en mars 2013

Par Lydia Rozenberg

Sous la direction de Ingrid CERIA

Directrice pédagogique, responsable du DESU : Nathalie DURIEZ

Coordinateur pédagogique du DESU : Marc LEVIVIER

RESUME & MOTS-CLES

La fin du XXe siècle a vu se développer un phénomène nouveau et préoccupant : les conduites dopantes en entreprise. Ces pratiques qui diffèrent de la toxicomanie et des conduites addictives, en ce qu'elles concernent un public socialement bien intégré, peuvent s'avérer dangereuses et in fine addictives. La société du libre-échange et de la libre entreprise a favorisé l'émergence d'une relation problématique de l'individu au monde et à lui-même. Chahuté dans son identité, il voit l'aventure entrepreneuriale, dont le mythe sportif est devenu l'emblème et le modèle, s'imposer en figure de réalisation de soi. La démocratie en offrant la liberté d'être tout, génère le vertige et renvoie à l'insuffisance de n'être que soi et à la difficulté de l'action. À partir d'une analyse des différents facteurs qui favorisent les conduites dopantes, nous pouvons dégager les axes d'une réflexion autour desquels penser une intervention de prévention en entreprise qui - loin des prescriptions et des conseils éducatifs, trop souvent infantilisants et contre-productifs - développerait une maïeutique autour des questions fondamentales qu'elle soulève. Un espace pour se penser.

Mots-clés

Addiction, dopage, milieu professionnel, performance, automédication, prévention

ABSTRACT & KEY WORDS

The late 20th century saw the emergence of a new, worrying phenomenon : consumption of performance-enhancing drugs in the work place. These practices, which differ from drug addiction and addictive behaviour in that they concern socially-integrated people, can be harmful and ultimately addictive. Free trade and free enterprise have brought about a difficult relationship between the individual, the world and him- or herself. Shaken in their identity, individuals see the entrepreneurial venture, with the sports myth as both the emblem and model, become synonymous with self fulfilment. Democracy, by offering the freedom to become all things, generates a kind of vertigo and emphasises the shortcoming of being merely oneself and the difficulty of action. We started by analysing the various factors favouring the consumption of performance enhancing drugs, then examined possible ways of setting up prevention in companies. This essay also tries to take a distance with educational and prescribing types of counselling, too often condescending and counterproductive, and develops instead a maieutical approach to fundamental issues, offering a space simply where to think about oneself.

Key words

Addiction, doping, professional environment, performance, self-medication, prevention

SOMMAIRE

LA PREVENTION CONTRE LES CONDUITES DOPANTES EN ENTREPRISE : POUR UNE ECOLOGIE DE L'ETRE.....	1
RESUME & MOTS-CLES	2
ABSTRACT & KEY WORDS	2
SOMMAIRE	3
INTRODUCTION	4
La question des conduites dopantes en entreprise	4
Les écueils de la prévention	4
Le plan du mémoire	5
CONTEXTE SOCIAL ET HISTORIQUE DE L'EMERGENCE DU CHAMP DES ADDICTIONS.....	6
LES DETERMINANTS DU NOUVEAU CHAMP DE L'ADDICTOLOGIE	10
LES CONDUITES DOPANTES EN ENTREPRISE.....	14
<i>Le sport : emblème de l'esprit de l'homme moderne</i>	14
Le dopage	16
<i>L'aventure entrepreneuriale : une nouvelle conquête de soi</i>	17
Qu'est-ce que réussir aujourd'hui ?	19
Les représentations du travail de nos jours	20
L'homme moderne et son identité	21
La médicalisation de la vie	23
Du traitement médical aux conduites dopantes	25
Une cosmétique neurologique.....	26
L'automédication	26
<i>Les conduites dopantes</i>	27
Définition et discrimination entre dopage et conduites dopantes	27
Le public concerné par les conduites dopantes.....	27
<i>Les facteurs qui favorisent les conduites dopantes</i>	28
L'organisation du travail.....	28
Le stress	29
Le besoin de réussite.....	29
La performance	29
Le workaholisme.....	30
La peur de l'échec	30
<i>Les problématiques soulevées par les conduites dopantes ?</i>	30
LA NATURE DE L'INTERVENTION	33
ANALYSE CRITIQUE DE LA PROPOSITION	38
BIBLIOGRAPHIE.....	40
ANNEXE	41
Liste des critères selon Aviel Goodman permettant de repérer une conduite addictive	41

INTRODUCTION

La question des conduites dopantes en entreprise

Tout d'abord, les conduites dopantes relèvent-elles de l'addiction ou non ? Qu'est-ce qui les en différencie ? Qu'est-ce qui les en approche ? Dans la mesure où elles se mettent en place dans le but d'améliorer les performances, le premier moteur du collaborateur n'est pas mû par une compulsion. Cependant, à l'instar de l'alcool, la consommation maîtrisée qui en est faite dans les premiers temps peut connaître un dérapage, et la centration autour des produits et l'aliénation ressentie s'installer subrepticement. In fine, les conduites dopantes peuvent mener à la dépendance et, même si ce n'est pas toujours le cas, elles restent préoccupantes en termes de santé et d'impact dans le monde du travail.

D'ailleurs, où commencent les conduites dopantes ? La question des frontières se pose pour envisager le basculement du comportement de l'individu du « normal » au « pathologique ». Lorsque l'employé fatigué multiplie les cafés, sommes-nous dans une consommation banale ? Au quatrième café, va-t-on parler de conduite dopante ? Cinq ? Huit ? Dix ? Quinze ? Sera-t-elle plus probante si cet employé prend des gélules caféinées ou de la cocaïne ? En fait, il est à noter, comme nous le verrons, qu'il s'agit moins d'une question de quantité que de la nature même du geste qui sous-tend le comportement et du sentiment subjectif qui le motive.

Quoi qu'il en soit, l'entreprise, encore trop peu consciente de cette problématique, la minore (tout comme l'alcoolodépendance, pourtant bien repérée, est encore trop souvent frappée de tabou) et ne se sent pas suffisamment concernée par elle. Ignorance ? Renvoi du problème à l'individu sans remise en question de l'organisation du travail ? Les addictions sont trop souvent encore considérées comme appartenant à la seule sphère privée. A fortiori les conduites dopantes, dont le phénomène apparaît davantage minoritaire qu'il n'est et dont pourtant l'entreprise est partie prenante. Ainsi, il y a un intérêt tout à fait essentiel pour l'entreprise et les collaborateurs à réfléchir autour de cette problématique, pour mieux circonscrire le phénomène.

Les écueils de la prévention

Le statut des formations comportementales en entreprise s'avère parfois ambivalent. Commandités par les Ressources Humaines, les organismes de formation proposent aux salariés des modules pour leur apprendre la gestion du stress ou du temps, l'amélioration des performances, etc., alors que la plupart du temps, c'est l'organisation du travail elle-même qui porte la responsabilité des difficultés de travail

rencontrées. Ainsi, tiraillé entre le marteau et l'enclume, le formateur recueille les plaintes des stagiaires, tente à la fois de répondre au cahier des charges assigné, et ce faisant, il renforce la responsabilisation individuelle. En effet, le message même de l'intitulé des formations renvoie clairement l'idée qu'il incombe à chacun de savoir soutenir la charge de travail demandée et de supporter les incertitudes de son avenir, (Savoir gérer son stress – Bien-être au travail – Améliorer ses performances – Être efficace au quotidien – Se mettre en scène, etc.), bref « encaisser » et s'adapter aux difficultés et aux aléas tout en étant de plus en plus performant. Pourtant, même s'il semble logique qu'à un problème l'on propose une solution, que l'on soutienne chacun pour négocier les obstacles qu'il rencontre et évoluer, cette logique s'avère cependant perverse en ce qu'elle sous-tend l'idée que la solution incombe toujours à l'individu, invité à intégrer des conduites de changement, et semble dédouaner du même coup une organisation du travail défaillante et oblitérer les questions sociétales et politiques concomitantes. L'agriculteur qui épand des pesticides sur ses champs porte maintenant un masque et des vêtements adaptés pour minorer le risque de cancer. On peut donc le former aux risques des produits qu'il utilise et au bon comportement pour s'en préserver. Est-ce que cette solution répond pour autant au problème soulevé par l'utilisation de pesticides sur la santé ? Mettre un pansement sur une plaie est un geste indispensable de première urgence, mais qui ne prévient pas l'accident.

De plus, la prévention s'attelle trop souvent à insister sur la toxicité des produits, à convoquer la loi (drogues légales, illégales, alcool au volant, etc.) et à rappeler les devoirs et obligations du code du travail. Elle se décline alors en termes de peur, de morale et d'interdit, ce qui représente une forme d'assujettissement et d'infantilisation du public à qui elle s'adresse.

Le plan du mémoire

Après un bref historique de l'histoire des addictions et du champ de l'addictologie, nous analyserons plus précisément les facteurs qui ont favorisé l'émergence des conduites dopantes dans la société et, plus particulièrement, en entreprise et leur impact sur la personne. Puis nous dégagerons des lignes directrices sur lesquelles asseoir une intervention qui permette à chacun de s'approprier une réflexion personnelle autour du champ addictif et de ses propres conduites.

CONTEXTE SOCIAL ET HISTORIQUE DE L'ÉMERGENCE DU CHAMP DES ADDICTIONS

Avant de dresser un bref historique des addictions, en préambule, notons que l'usage des plantes remonte à des temps immémoriaux. Il s'inscrit soit dans un cadre rituel ou religieux qui participe de la cohésion du groupe, soit dans celui d'un usage médicinal ou encore dans celui de fêtes et carnivals qui contribuent au défoulement général. Se dégage donc de ces pratiques, un sens qui circonscrit l'utilisation des substances psychotropes et permet ainsi leur maîtrise, comme l'indiquent Jean Dugarin, psychiatre,¹ et Patrice Nominé, psychologue clinicien² : « *Qu'elles servissent à des fins divinatoires, rituelles, thérapeutiques ou criminelles, leurs effets étaient évidemment au service du sens donné à leur utilisation, sens lui-même relié à l'imaginaire du groupe.* »³ Mais ces pratiques, très codifiées, assurant une fonction fondamentale de cohésion du groupe, vont se perdre au fil du temps et connaître un renversement. À cet usage social et rituel fortement symbolique va se substituer un usage privé, qui révèle plutôt une déréliction, une envie d'oubli, une quête individuelle d'identité, un désir de pallier un manque...

Au XIXe siècle, nous assistons à une profonde mutation de la société, tant sur le plan des mentalités que sur ceux du progrès technique et de la transformation économique. Après le siècle des Lumières, celui de la révolution industrielle est marqué par de nombreux changements, entre autres la migration des paysans qui vont grossir la masse des ouvriers. La classe laborieuse se paupérise. Depuis un siècle déjà, dans le monde des idées, si Dieu n'est pas totalement mort, il défaille cependant chaque jour davantage. On assiste à une perte de sens en général, et particulièrement pour les plus pauvres au niveau de leur inscription sociale, du sens de leur travail, et in fine du sens de leur vie. La couche sociale la plus défavorisée noie ses difficultés dans l'alcool. Son abus, de marginal devient pandémique, on redoute alors que le phénomène vienne troubler l'ordre public et mettre en péril la nation elle-même, en générant des descendants tarés et en mettant à mal les valeurs morales de la société.

Mais en dehors du problème alcoolique, le XIXe siècle connaît l'essor du commerce de l'opium. Les progrès de la chimie permettent de synthétiser de nouveaux alcaloïdes, qui vont tour à tour devenir une panacée, avant que l'observation de la dépendance qu'ils créent ne ternisse leur image et n'en modère l'usage. Durant les différents conflits, les médecins utilisent morphine et cocaïne à des fins analgésiques et dans le but de doper les troupes. Ce qui va favoriser par la suite un usage non médical, dans les milieux bourgeois et littéraire et également dans

¹ Directeur du CSST Espace Murger de l'Hôpital Fernand Widal

² Psychologue clinicien au CSST Espace Murger de l'Hôpital Fernand Widal

³ Dugarin Jean, Nominé Patrice. Toxicomanie : historique et classifications. In: *Histoire, économie et société*. 1988, 7e année, n°4. p. 580

le milieu médical particulièrement touché. « (...) il s'agit là du premier épisode de toxicomanie moderne. »¹

La réponse alors donnée pour combattre ce « fléau » est d'ordre moral et la religion y joue un rôle prépondérant. Nous sommes ici dans un modèle dit monovarié qui diabolise le produit, tenu seul responsable de la déchéance de l'individu qu'un effort de volonté et un sens accru des responsabilités devraient remettre sur le chemin de la tempérance.

La notion d'alcoolisme naît avec les travaux de Magnus Huss, un médecin suédois, en 1855. Mais l'acte de naissance de l'addiction remonterait à 1784, au texte de Benjamin Rush «*The inquiry into the effects of ardent spirits upon the human body and mind*». L'auteur, un médecin démocrate américain signataire de la Déclaration d'Indépendance des Etats-Unis, abolitionniste, anti-esclavagiste, parle de maladie pour évoquer l'usage abusif de l'alcool. Cette notion de maladie développée par ces deux médecins, bien que ce terme exclue les dimensions sociale et psychique, relève d'un point de vue humaniste plus que scientifique car, comme l'écrivent Marc Valleur² et Jean-Claude Matysiak³ : « *C'est avant tout un acte volontaire, un énoncé à visée politique, tendant à invalider, du moins à atténuer ou alléger, la charge de stigmatisation religieuse ou morale affectée, depuis la nuit des temps, à l'ivrognerie.* »⁴ De plus, les auteurs notent que la naissance de la notion même de dépendance à un produit n'est possible qu'avec l'émergence de la démocratie et la fin du monde de droit divin car il est nécessaire d'avoir une représentation de l'homme libre pour penser son aliénation.⁵

Avec la théorie générale de la dégénérescence, proposée par le psychiatre français Benedict Augustin Morel en 1857, s'instaure une contiguïté entre alcoolisme et maladie mentale. Certains individus seraient plus faibles que d'autres moralement, physiquement et mentalement et cette faiblesse se transmettrait de façon héréditaire et serait aggravée par des agents extérieurs comme l'alcool. Ainsi, « les maladies sociales » telles que la syphilis, la tuberculose et l'alcoolisme seraient dues à une « dégénérescence » qui menace la race et la nation. Dégénérescence qui trouve sa source dans le péché originel et ses conséquences morales. Bien que l'on puisse émettre de nombreuses réserves quant à cette vision à la fois moraliste et stigmatisante qui va conduire à des traitements coercitifs, puisqu'il s'agit de préserver le peuple de la contamination, ce modèle a cependant le mérite d'entériner

¹ Dugarin Jean, Nominé Patrice. Toxicomanie : historique et classifications. In: *Histoire, économie et société*. 1988, 7e année, n°4. P. 581. Doi : 10.3406/hes.1988.2395 /

² Psychiatre, directeur médical de l'hôpital Marmottan.

³ Chef du service de traitement des maladies addictives, au centre hospitalier de Villeneuve-Saint-Georges (Val-de-Marne)

⁴ Marc Valleur et Jean-Claude Matysiak, *Le désir malade*, Ed. JC Lattès, p. 62

⁵ « *Poser la naissance de l'addiction maladie aux alentours de 1785 en fait une invention contemporaine de la naissance de la démocratie, et donc de la fin d'un monde dans lequel le pouvoir était justifié par son lien à la religion : pour que les dépendances deviennent une maladie, il fallait que la liberté deviennent une valeur.* » op. cit. p. 63

cette fois une vision bivariée de l'alcoolisme puisqu'à la prise en compte du toxique, l'alcool en l'occurrence, s'ajoute alors celle de l'individu.¹

Nous sommes au début du XXe siècle. La toxicomanie ne pouvant être prise en charge par la médecine seule, les États légifèrent et tentent de contrôler la diffusion des produits sur le plan national et international. Ce siècle va connaître une démocratisation sans précédent de l'usage de psychotropes, notamment dans sa seconde moitié. La colonisation et le développement du commerce international vont favoriser le trafic et la circulation des produits (opium, marijuana, héroïne, coca...).

Entre la prohibition de l'alcool aux États-Unis - mesure contre-productive s'il en fut -, les progrès médicaux et l'arrivée de nouveaux psychotropes, la vague va gagner peu à peu de nouvelles couches de la population. Mais la réponse à ces dépendances reste très moralisatrice. Une nosologie visant à classer les différents produits selon leurs effets voit le jour et il faudra attendre les années 60 pour qu'émerge une réflexion qui prenne finalement en compte les conduites.

Puis la société va connaître de nombreuses mutations: « *De l'après-guerre jusqu'aux années 1960, l'usage de produits restera modéré, peut-être en raison des conséquences des conflits et de l'apparition de nombreux psychotropes de synthèse dont l'usage médical, parfois détourné, répondait suffisamment à une gestion des symptômes.* »² Mais la confiance en certaines valeurs de l'Occident a été mise à mal, entre autres par la Seconde Guerre mondiale et le noyau familial se fragilise. L'envie du « tout, tout de suite », le désir de vivre de nouvelles expériences, la libéralisation des consommations, l'émergence du marketing et avec lui la fusion des termes bonheur et biens de consommation ainsi que la naissance de nouvelles cibles de consommateurs : les femmes, les jeunes... tout cela induit de nouvelles conduites.

Le phénomène addictif de la seconde moitié du XXe siècle, par sa démocratisation gagne en amplitude mais aussi change de visage. Dans un premier temps, nous trouvons des usagers plus ou moins militants, qui revendiquent une autre façon de vivre, une quête de sensations nouvelles ou d'une spiritualité orientaliste, et le désir d'une société en rupture avec la précédente. Nous pourrions presque parler de consommation « positive », dans la mesure où les personnes « s'affirment » en s'inscrivant fortement dans un courant de pensée. Nous sommes à la fin des années 60, les toxicomanes usent de cannabis, d'héroïne, de LSD et de barbituriques.

À ces usagers, le personnel soignant ne peut pas se contenter de proposer une cure tout en ignorant les questions éthiques et sociétales qu'ils soulèvent. « *C'était une époque où les toxicos étaient des marginaux et pas encore des exclus.* »³ Un nom va marquer l'époque par l'approche qu'il propose, « (...) *le refus des réductionnismes et du scientisme et sur la reconnaissance de l'importance de l'intersubjectivité et de la nécessité de construire une prise en charge individuelle,*

¹ « (...) *mais la dégénérescence est sans doute le premier grand modèle bivarié de l'alcoolisme et des toxicomanies, en ce qu'elle fait une place à la vulnérabilité de certains individus.* » in Valleur Marc et Matysiak Jean-Claude, *Le désir malade*, Ed. JC Lattès, p. 72

² Dugarin Jean, Nominé Patrice. Toxicomanie : historique et classifications. In: *Histoire, économie et société*. 1988, 7e année, n°4. p. 583. Doi : 10.3406/hes.1988.2395.

³ Michel Hautefeuille, « Claude Olievenstein », *Psychotropes*, 2011/1 Vol.17, p. 7

personnalisée, adaptée à l'histoire de chacun. »¹, c'est celui de Claude Olievenstein, un psychiatre qui fonde en 1971 le Centre Médical Marmottan et dont la phrase célèbre : « *La toxicomanie, c'est la rencontre d'un produit, d'une personnalité et d'un moment socioculturel.* » synthétise une nouvelle vision de la toxicomanie : celle du modèle dit trivarié.

Puis l'ère psychédélique cède la place, dans les années 1975/1980, à une époque plus « dure » où la toxicomanie répond davantage à un mal-être et où alcool, solvants et médicaments rejoignent le lot des drogues déjà consommées. La volonté de bâtir une société nouvelle a fait long feu. Cette patientèle, plus marginalisée que la précédente et plus psychiquement désorganisée, va conduire le personnel soignant à s'interroger davantage autour des questions de la dépendance et des soins à proposer. S'ajoutent également le jeu pathologique et certaines conduites alimentaires qui mettent en perspective les questions relatives au phénomène de la dépendance.² La pratique se démedicalise et évolue vers une prise en charge psychologique. Les interventions se diversifient dans une approche plus globale (postcures, intervention auprès des familles, etc.). Une expérience s'acquiert peu à peu. Par ailleurs, une autre population, davantage captive des pratiques de la médecine, se trouve confrontée à la dépendance. Il s'agit majoritairement des femmes à qui l'on prescrit amphétamines, somnifères et anxiolytiques pour répondre aux diktats d'une société qui les veut filiformes et pas trop névrosées.

Les années 1980/1985 voient apparaître l'usage de la cocaïne dans certains milieux bien circonscrits, tandis que les amphétamines seront interdites et que l'usage du cannabis se banalise auprès des jeunes. Avec cette nouvelle clientèle, « *les professionnels vont essayer d'élargir leurs modalités de réponses, tout en s'interrogeant sur la spécificité de ces intoxications.* »³

Dans les années 1985/1990, l'irruption du sida, à laquelle s'ajoute l'épidémie de l'hépatite C, entraîne à nouveau une médicalisation. « *Quant aux utilisateurs eux-mêmes, loin de revendiquer comme jadis leur marginalité, ils la subissent ou s'en plaignent de plus en plus.* »⁴ La crise est passée par là et les idéaux de 68 ont fait long feu. Le toxicomane change de visage. Sa marginalisation s'accroît et son discours se déconstruit. Se greffe alors un travail social nécessaire pour répondre à de nouvelles difficultés (marginalisation, délinquance, comorbidité).

Le phénomène des dépendances apparaît de plus en plus dans sa complexité. On mesure la prégnance des diktats d'une société moderne qui valorise l'accomplissement de l'individu, la prévalence du désir sur le devoir et dont la crise économique oblitère la perspective de réussite et l'octroi évident d'une place dévolue à chacun.⁵

¹ Michel Hautefeuille, « Claude Olievenstein », *Psychotropes*, 2011/1 Vol.17, p. 7

² « *Quel sens peut se cacher derrière le jeu avec les effets de jouissance, avec la mort, avec la disqualification des autres, avec des images idéales de soi ? (...) Des comparaisons commencent à être faites avec d'autres expressions symptomatiques : l'anorexie mentale, la boulimie, la dépression, le suicide, le jeu, etc.* » in Dugarin Jean, « Adaptation du système de soin français en toxicomanie depuis 35 ans », *Psychotropes*, 2008/1 Vol. 14, p. 9

³ op. cit. p. 13

⁴ Dugarin Jean, « Adaptation du système de soin français en toxicomanie depuis 35 ans », *Psychotropes*, 2008/1 Vol. 14, p.14

⁵ « *L'arrêt sur image d'un soi idéal, l'ombre d'un instant, le pouvoir de l'autosuffisance même dans*

LES DETERMINANTS DU NOUVEAU CHAMP DE L'ADDICTOLOGIE

Le passage du XXe au XXIe siècle a vu la naissance d'une nouvelle discipline : l'addictologie. Or, que recouvre-t-elle? Et qu'est-ce qui la justifie? Comme nous l'avons vu précédemment, au fil du temps, les mutations du public concerné par l'abus de psychotropes légaux ou illégaux, la multiplicité des molécules et donc des modes de consommation, leurs différents impacts, la marginalisation tout autant que la délinquance engendrées par leur vente ou leur consommation, ajoutés à l'irruption du sida et aux risques épidémiques de l'hépatite C, ont définitivement placé le problème addictif au centre des préoccupations de la santé publique.

Mais avant de définir ce que recouvre l'addictologie aujourd'hui, il paraît important d'en connaître l'étymologie. Celle-ci nous vient de l'expression latine « ad dicere », « dit à », utilisée pour nommer les esclaves ; tel esclave était « dit à » tel maître, ce qui signait alors son appartenance. Puis « *dans l'ancienne république romaine, un « addictum » était un esclave pour dette* »,¹ ainsi au Moyen Âge une personne pouvait être contrainte par corps en jugement d'une dette non honorée. C'est dans ce même sens que le terme nous est revenu après un détour par l'Angleterre. Il apparaît clairement que le terme addiction axe sa problématique autour de la notion de liberté ou, pour le dire autrement de dépossession de soi. Pourquoi ce terme a-t-il supplanté ceux de toxicomanie ou de dépendance? Qu'est-ce qui justifie cette nouveauté?

Tout d'abord, le terme d'addictologie a permis de relativiser l'impact du produit tellement stigmatisé par celui de toxicomanie et donc, comme le soulignent Marc Valleur et Dan Velea dans un article de la revue *Toxibase*, de « *prendre acte de la parenté entre dépendance aux drogues interdites, alcoolisme, tabagisme, abus de médicaments...* »² et, de plus, il a permis d'y intégrer les conduites addictives tels que les troubles des conduites alimentaires, l'achat compulsif, le jeu pathologique, etc. On retrouve d'ailleurs des points communs dans la relation addictive, qu'elle soit avec ou sans produit, au niveau des problématiques psychiques (faible estime de soi, sentiment de manque, angoisse du risque, insécurité affective, etc.) et des comportements : « *soit une dépendance « anesthésique », routinière, qui confine à la dépendance physiologique instaurée à bas bruit chez le tabagique et certains alcooliques, soit une dépendance risquée, bruyante, envahissant l'ensemble de la vie du sujet.* »³

l'illusion, le test des confins de soi-même, la consommation rédemptrice, ne seraient-ils pas des valeurs subrepticement proposées par nos sociétés et, bien sûr, reprises dans la caricature par les plus démunis et par ces adolescents prolongés, aux structures familiales désarticulées ou nucléaires, ou syncrétiques, ayant peu de chances de se construire une identité à partir de la multiplicité des modèles lointains idéaux et fluctuants, qui s'offrent à eux? », op.cit. p. 13

¹ L. Fernandez, H. Sztulman. « Approche du concept d'addiction en psychopathologie. », *Ann. Méd. Psychol.* 1997, 155, n°4. P. 255

² Valleur Marc, Velea Dan, « Les addictions sans drogue(s), revue *Toxibase* n°6, p. 2

³ Valleur Marc, Matysiak Jean-Claude (2010), *Les nouvelles formes d'addiction*, Champs Essai, p. 77

De plus, on a pu observer que plusieurs addictions coexistent souvent chez une même personne et qu'il est fréquent de constater le passage de l'une à une autre.¹ Et enfin, nous retrouvons également une parenté dans les propositions thérapeutiques qui sont faites.

À défaut de trouver une définition consensuelle au terme d'addiction, le concept général proposé par Aviel Goodman, un psychiatre américain, en 1990 a permis a minima de réunir un ensemble de critères communs avec ou sans produit. (Voir annexe 2) Cet ensemble qui décrit certains comportements : perte de contrôle, obnubilation autour du comportement ou du produit, envie irrésistible de s'y adonner, perte d'intérêt concernant d'autres domaines de sa vie, effet de manque... a connu un certain retentissement. Il a présenté l'intérêt de synthétiser, entre dépendance et compulsion, un tableau des principaux symptômes mais non une véritable étiologie de l'addiction. Ces critères bien que par trop objectivants, convoquent cependant le vécu subjectif dans la mesure où « *le sujet estime lui-même que cette conduite lui pose des problèmes et il tente, sans succès, d'y mettre fin.* »² Pour le dire autrement, la problématique addictive relève d'une liberté « *qui inclut la liberté de s'abstenir* ». ³

Si l'on peut donc constater que les raisons ne manquent pas pour justifier la réunion des différentes conduites au sein de l'addictologie, une tension persiste cependant entre les tenants des sciences dites dures qui traquent les marqueurs biologiques - dont on peut d'ailleurs penser qu'ils ne sont pas forcément absents lors de certaines conduites addictives sans produits - et les tenants des sciences dites molles, à savoir la psychologie et la sociologie, qui vont privilégier le sens et l'environnement. C'est sans aucun doute dans le milieu scientifique qu'il existe le plus de réserves quant à la réunion des dépendances avec produits et les conduites addictives.

Quoi qu'il en soit et quelles que soient les découvertes futures, cette controverse ne pourra jamais circonscrire les addictions dans le champ scientifique seul et oblitérer l'aspect psychosocial qui justifie des approches thérapeutiques et d'accompagnement de terrain.

Ces dernières années, la création des CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) a marqué la volonté de regrouper les différentes structures et services dédiés jusqu'alors à des champs spécifiques (alcool, toxicomanie, troubles alimentaires, tabacologie, jeu pathologique, etc.), la volonté étant de constituer un dispositif médico-social en addictologie permettant de prendre en charge l'individu dans sa globalité. Ce qui ne va pas sans poser certaines difficultés car, même si un tronc commun existe entre les différentes addictions, elles présentent néanmoins des spécificités qui leur sont propres. En effet, la multiplicité des publics, des produits et des conduites addictives semble plutôt prêcher en faveur de réponses ciblées et adaptées, réponses qui en appellent plutôt à des spécialisations. Entre un cadre qui se dope à la cocaïne, une

¹ « (...) un toxicomane pouvant par exemple devenir alcoolique, puis joueur, puis acheteur compulsif... » in Valleur Marc, Matysiak Jean-Claude (2010), *Les nouvelles formes d'addiction*, Champs Essai, p. 2

² Valleur Marc, Velea Dan, « Les addictions sans drogue(s) », revue *Toxibase* n°6, p. 4

³ Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude (2011), *Le désir malade*, JC Lattès, p. 234

femme dépressive qui multiplie ses prises de psychotropes, une personne sans domicile fixe qui fume du crack, une jeune femme anorexique, un geek et un salarié alcoolodépendant, il convient de choisir une équipe habituée à ces problématiques particulières - et de la conduite et du public - pour répondre de la façon la plus adaptée et pertinente qui soit.

S'ajoute à cela une transformation des usages qui s'est opérée dans les années 90 et qui brouille les frontières entre drogues et médicaments : « *Il existe un continuum entre la chimie de la transgression, la chimie du plaisir, la chimie de la performance et celle de l'adaptation sociale ou de la réponse au stress, à l'angoisse ou la dépression.* »¹ Et si cette dimension du « remède » qui vire au poison était déjà connue, l'aspect adaptatif et la recherche du bien-être s'imposent comme motivations de plus en plus repérées, même si dès les années 1930, Cocteau s'en faisait l'écho.² On pourrait définir le comportement addictif comme étant en tension entre recherche de plaisir et évitement de la souffrance³, entre oubli de soi et performance.

Mais plus généralement, il est bon de s'interroger sur ce que revêt ce « mal du siècle » dont nos sociétés modernes semblent être le limon. Les pertes de sens, la mort de dieu et la précarité tant affective que professionnelle ou sociale qui menace l'individu, le plongent dans un grand désarroi. Les conduites dopantes dans le quotidien ou en entreprise, avec un public et les usages nouveaux qu'elles drainent, et en réponse à ce malaise existentiel grandissant, ont émergé et dépassé le cadre de la pratique du dopage circonscrite jusqu'alors au sport. Par exemple, il a été souligné que les pathologies alimentaires seraient fortement présentes lorsque l'exigence sociale de réussite est forte.⁴

L'homme moderne, loin des pratiques ritualisées des premiers temps de la civilisation, en se découvrant un sujet sans dieu ni maître, s'interroge sur sa propre identité et face à un sentiment d'insuffisance devant le « tout possible » d'un avenir incertain, recourt à des substances pour relever le défi. Nous sommes loin des rituels originels. Ici, l'individu, renvoyé à lui-même, cherche soit à s'anesthésier pour éviter stress et angoisse, soit à décupler ses sensations pour se sentir vivant et s'inventer un monde autre... Et comme l'écrit Freud pour supporter la vie, avec son cortège de souffrances, de déceptions et de difficultés, « (...) *nous ne saurions nous passer de sédatifs... De tels remèdes, il en existe peut-être trois sortes : de forts divertissements, qui nous amènent à faire fi de notre détresse, des satisfactions de remplacement qui l'atténuent, des stupéfiants qui nous y rendent insensibles.* »⁵

¹ Dugarin Jean, « Adaptation du système de soin français en toxicomanie depuis 35 ans », *Psychotropes*, 2008/1 Vol. 14, p. 19

² « *Je me suis donc réintoxiqué parce que les médecins qui désintoxiquent - on devrait dire simplement qui purgent - ne cherchent pas à guérir les troubles premiers qui motivent l'intoxication, que je retrouvais mon déséquilibre nerveux et que je préférerais un équilibre artificiel que pas d'équilibre du tout.* » in Cocteau Jean (1930), *Opium*, Stock, p 16

³ « *Aviel Goodman considère que les impulsions ont pour fonction la recherche du plaisir, les compulsions l'évitement de la souffrance, et les addictions les deux à la fois.* » in Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude (2010), *Les nouvelles formes d'addiction*, Champs Essai, p. 114

⁴ « *Les familles accordant une importance extrême à la réussite et à l'apparence extérieure seraient des fabriques à anorexiques.* » in Ehrenberg Alain (1996), *L'individu incertain*, Calmann-Lévy Essai, p. 135

⁵ Freud Sigmund (1929), *Le malaise dans la civilisation*, Point Essais (2010), p. 61

À ce malaise généré par l'effort même de civilisation et de vie, auquel s'ajoute celui engendré par nos sociétés post-modernes, dont l'augmentation des conduites dopantes est un des épiphénomènes, l'addictologie multiplie ses voies d'entrée. Et quoi qu'il en soit, entre la recherche de plaisir et de sensations fortes des impulsifs et l'automédication des déprimés et des anxieux, l'addiction reste toujours « *une tentative de solution pour une personne qui se sent mal dans le monde, ou qui pense que le monde ne se plie pas assez à son désir.* »¹

Précisons cependant que, dans la grande majorité des cas, on peut être consommateur de produits psychoactifs ou connaître certaines conduites compulsives sans pour autant être addict. In fine, pour qu'une personne soit considérée comme tel, en plus de l'obnubilation autour du produit ou du comportement et l'effet de malaise si elle en est privée, la frontière entre le normal et le pathologique se situe dans la demande du sujet lui-même : « *lui seul peut savoir si une conduite qui s'impose à sa volonté est source de souffrance et qu'il n'arrive pas à y mettre fin tout seul.* »²

Pour le thème qui nous occupe, la prévention va venir en amont s'adresser à un public qui ne demande rien et autour d'un thème dont il n'aura pas forcément repéré les enjeux.

¹ Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude (2011), *Le désir malade*, JC Lattès, p. 232

² Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude (2010), *Les nouvelles formes d'addiction*, Champs Essai, p. 16

LES CONDUITES DOPANTES EN ENTREPRISE

Avant de développer la question spécifique des conduites dopantes, il nous faut dresser les changements sociétaux et entrepreneuriaux qui les ont favorisées. Ces conduites se présentent comme un phénomène nouveau qui émerge autour des années 80, particulièrement dans le milieu de l'entreprise mais également dans celui de la vie quotidienne. Sont-elles le corollaire d'un nouveau paradigme de la société et donc, d'une inscription nouvelle des individus dans celle-ci ?

La présente analyse s'appuie, entre autres, sur les travaux d'Alain Ehrenberg, sociologue, fondateur du Centre de recherche Psychotropes, Santé mentale, Société (CESAMES). À travers trois essais : « *Le culte de la performance* », « *La fatigue d'être soi* » et « *L'individu incertain* ». Dans le premier, l'auteur analyse tour à tour le changement de statut du sport ainsi que celui de l'entreprise, depuis le début du XXe siècle, l'un et l'autre s'imposant comme les nouveaux modèles de référence de notre société. Le deuxième ouvrage aborde la souffrance psychique et l'évolution des réponses psychiatriques et médicales que le changement de paradigme des valeurs sociétales induit chez l'individu. Quant au troisième essai, il s'intéresse au sort de l'individu abandonné à lui-même dans une société où la frontière entre vie privée et vie publique tend à disparaître, à l'image des programmes télévisuels qui multiplient les reality shows.

Nous avons également eu recours principalement aux ouvrages de Marc Valleur et Michel Hautefeuille, psychiatres à l'hôpital Marmottan, de Jean-Claude Matyziak, chef du service de traitement des maladies addictives, au centre hospitalier de Villeneuve-Saint-Georges, de Patrick Laure, médecin du sport, docteur en sciences et techniques des activités physiques et sportives et chargé d'enseignement à l'Université de Nancy et de Christophe Dejours, psychiatre, psychanalyste et professeur titulaire de la chaire de psychanalyse-santé-travail au CNAM.

Le sport : emblème de l'esprit de l'homme moderne

En un siècle, la société française s'est profondément transformée. Cette transformation, qui prend sa source dans le siècle des Lumières et la Déclaration des droits de l'homme, a trouvé son limon dans la société du libre-échange et de la libre entreprise. Et si l'on ne peut que se féliciter de l'acquisition de cette liberté, celle-ci a pourtant un coût psychique. Tout d'abord, les évolutions sociétales se sont accélérées. Précédemment installée sur les valeurs stables et propres à chaque classe sociale, la société trouvait son assise sur des sentiments d'appartenance fortement développés où les possibilités d'évolution sociale s'avéraient lentes et faibles. Les pratiques sportives, par exemple, différaient selon sa classe d'appartenance : tennis, équitation et golf pour les classes dirigeantes ; football, cyclisme et boxe pour les classes populaires et « *Quand la fortune souriait aux champions, ils pouvaient devenir*

*patrons de bistrots, petits commerçants, etc. ; quand elle leur était défavorable, ils retournaient à leur ancien statut. En tout cas, ils conservaient un style de vie populaire et leurs ambitions étaient celles de leur classe d'origine. »*¹

Or le sport et l'entreprise ont changé de statut et, avec le développement de l'économie de marché et du libre-échange, leurs valeurs se sont imposées comme modèle au citoyen moderne.² À mesure que l'idéal politique - au vu de l'Histoire - a été désinvesti comme alternative possible aux inégalités de la société, l'esprit de la lutte des classes s'est dissous dans celui de la singularité. L'homme post-moderne semble avoir renoncé à construire un monde meilleur et s'occupe à se bâtir une vie dont les possessions et la réalisation de tous ses désirs devraient sanctionner sa réussite et donner un sens à sa vie.

Le sport tout d'abord s'est imposé comme la figure idéale de l'égalité des chances. En effet, le sportif ne doit pas à sa naissance mais à son mérite le triomphe de son talent dans un jeu d'équipe. Le sport favorise l'esprit de collaboration, métaphorise ainsi à merveille un idéal démocratique où chacun trouve sa chance pour peu qu'il fasse preuve de pugnacité et d'ambition. Ainsi, il met en jeu cette tension entre « *l'égalité de principe des hommes et leur inégalité de fait* ». ³ De plus, la médiatisation de ses grandes rencontres va lui offrir une audience démesurée. « *Il est la seule activité sociale à théâtraliser dans un spectacle de masse le mariage harmonieux de la concurrence et de la justice.* »⁴

Contrairement aux idées reçues, le sociologue s'inscrit en faux contre l'idée selon laquelle le sportif serait le dieu moderne de notre société laïque. Selon lui, il s'agit justement du phénomène inverse. Le sportif moderne représente l'objet identificatoire parfait pour tout un chacun, en ce qu'il n'est rien au départ et qu'il se fait lui-même.⁵ Parler de « dieux du stade » serait donc selon lui à l'exact opposé du spectacle sportif. Cependant, l'argument complémentaire que l'auteur y adjoint, à savoir : « *Si le sportif ne doit tout qu'à lui-même, il apparaît sans filiation : il est le fils de ses propres œuvres.* »⁶ vient sinon contredire son propos du moins l'affaiblir. Car, Dieu n'est-il pas justement cause de lui-même ? N'est-il pas l'alpha et l'oméga ? La question et la réponse ? Si le destin n'est plus inscrit au ciel, mais que chacun détermine le sien, ne peut-on pas y voir une analogie qui fait l'homme moderne pareil à Dieu ? De plus, le destin exceptionnel de certains sportifs, non seulement les sort de l'anonymat, mais les installe à la première place, celle de l'unique. Sur le podium,

¹ Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 80

² « *Le sport est sorti du sport, il est devenu un état d'esprit, un mode de formation du lien social, du rapport à soi et à autrui pour l'homme compétitif que nous sommes tous enjoins de devenir au sein d'une société de compétition généralisée. ... Concurrence économique, consommation de masse et compétition sportive ont toutes les trois changé de statut.* » in op. cit. p. 14

³ op. cit. p. 42

⁴ op. cit. p. 28

⁵ « *Pour que le champion devienne le stéréotype du héros populaire, il a donc fallu que son image cristallise une histoire que chacun peut se raconter et un mode d'action auquel n'importe qui peut se référer : l'épopée idéale de l'homme ordinaire et anonyme qui, n'ayant aucun privilège de naissance, s'arrache au destin collectif de la masse indifférenciée, de ses semblables pour se construire une histoire par lui-même.* » in Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 80

⁶ op. cit. p. 91

même s'il y a trois marches, nul doute qu'être sur la plus haute confère à celui qui s'y trouve le rang d'idole. Ainsi, ce qui semble à première vue être une contradiction, n'est en fait qu'une figure paradoxale. Paradoxe sur lequel nous nous proposons de revenir plus loin.

In fine, « *la pratique sportive et le langage du sport ont à tel point pénétré tous les pores de la société qu'il est en passe de devenir le lieu de passage obligé des valeurs de l'action. Nous sommes entrés dans un nouvel âge du sport.* »¹ La société va lui emprunter son vocabulaire, ses valeurs et sa mythologie, tout autant que ses dérivés dont le dopage en est une des plus bruyantes.

Le dopage

Comme l'évoque le bref historique écrit précédemment, dès les origines, les humains ont fait usage de plantes pour lutter contre la fatigue ou se stimuler. Pour certaines tribus, dévorer le foie de l'adversaire vaincu représentait pour le guerrier la possibilité de renforcer sa puissance. Nous pourrions même nous interroger sur la symbolique de l'eucharistie et ce que peut représenter la transsubstantiation. En dehors de l'ingestion de la passion vécue par le Christ pour sauver l'humanité, le croyant n'absorbe-t-il pas en communiant, sinon certains attributs christiques, pour le moins une protection divine ? Ainsi, il semble impossible de déterminer un « âge » au dopage.

Le premier cas de mort due au dopage en France daterait de 1896. Le cycliste Arthur Linton, alors âgé de 29 ans, meurt deux mois après sa participation à la course Bordeaux-Paris. Pour ne citer que certaines substances, notons que les amphétamines semblent avoir été rapidement utilisées par certains sportifs, mais également la strychnine, l'éther, certaines cédant peu à peu la place aux stéroïdes anabolisants, dérivés hormonaux, corticoïdes et autres bêta-bloquants. Puis l'hormone de croissance fabriquée par le génie génétique et d'autres produits encore en phase expérimentale, tel que l'EPO retard, arrivent sur le marché du dopage. Tandis que persiste toujours aux côtés des nouvelles molécules l'usage d'alcaloïdes ancestraux telle la morphine.

Les bénéfices espérés vont s'élargir peu à peu. On ne cherche plus simplement à lutter contre la fatigue mais à « *améliorer la fonction cardiaque, lutter contre une douleur localisée ou contre l'accumulation d'acide lactique.* »² Au milieu du XXe siècle, la guerre froide qui coupe le monde en deux ne se joue pas uniquement sur les terrains politique et économique mais également sur celui des grandes manifestations sportives. Toute médaille ou tout record battu affichent aux yeux du monde la puissance d'une nation et, par contrecoup, semblent valider son régime politique. Le public des années 60 se souvient de la silhouette hommasse des sportives de la RDA, tandis que les hommes exhibaient des poitrines féminisées. Ces aberrations trahissaient un dopage systématique aux hormones qui s'avérera fatal pour certains et multipliera les complications morbides pour d'autres.

Quoi qu'il en soit, la question s'est rapidement posée de savoir si le recours aux corticoïdes ou à certaines hormones comme les surrénaliennes, s'apparentait à du dopage ou non. Certains, avec le docteur Bellocq qui fut médecin auprès d'équipes

¹ Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 172

² Laure Patrick (2004), *Histoire du dopage et des pratiques dopantes*, Vuibert, p. 14

cyclistes, ont balayé la question, considérant qu'il était normal d'apporter « *après un effort à un organisme ce qui lui manque et qu'il a à l'état naturel* ». ¹

Notons que ces pratiques ont été le fait d'entraîneurs et de médecins. Parfois, certains sportifs refusent les dopages recommandés par leur club de sport. D'autres ont longtemps ignoré la composition des comprimés qu'ils avalaient, croyant ingérer des vitamines alors qu'il s'agissait de testostérone. Il y a d'ailleurs eu de nombreux procès intentés par d'anciens athlètes de l'ex-RDA aux instances sportives responsables de ces stratégies, à la suite des graves problèmes de santé qu'ils ont rencontrés.

Une première définition commune sera adoptée lors du premier Colloque européen sur le doping et la préparation biologique du sportif de compétition, en 1963 : « *Est considérée comme doping l'utilisation de substances et de tous moyens destinés à augmenter artificiellement le rendement, en vue ou à l'occasion de la compétition, et qui peut porter préjudice à l'éthique sportive et à l'intégrité physique et psychique de l'athlète.* » ² In fine, toutes les définitions retenues portent principalement sur deux points : leur application concerne uniquement les sportifs et elles se fondent sur une liste de produits ou de pratiques prohibés. De plus, « *elles s'appuient sur le produit dont la nature constitue l'infraction, et nous retrouvons avec l'alcoolisme au XIXe siècle, une représentation moralisante qui dépeint de dopage comme le nouveau « fléau » et le « cancer du sport ».* » ³

Dans les années 1980, le dopage va quitter la sphère du sport « *pour celle de la vie quotidienne, d'abord professionnelle, ensuite privée.* » La représentation des drogues, comme nous le verrons, se modifie, et « *de médicaments, elles sont devenues produits d'adaptation, puis outils d'amélioration de la performance.* » ⁴

L'aventure entrepreneuriale : une nouvelle conquête de soi

A cet apogée du sport, va faire écho l'aventure entrepreneuriale. Dans un contexte de libre-échange et de libre entreprise, l'entreprise change de visage. Elle n'est plus, comme au temps de la lutte des classes, un instrument de domination, mais elle va s'emparer de l'esprit même du XXe siècle et de ses valeurs démocratiques et s'ériger en modèle idéal pour l'homme moderne. Le principe d'égalité, prôné par la démocratie, est censé placer chaque citoyen à égale distance du pouvoir, la réussite se jouerait donc au mérite. Nous retrouvons ici, un parallèle entre sport et entreprise, à l'esprit de compétition de l'un correspond l'esprit concurrentiel de l'autre. Ce qu'illustre le spectacle sportif ; l'ascension de jeunes footballeurs au pied magique et à l'opiniâtreté sans faille s'élevant des favelas de Rio ou du macadam phocéen jusqu'au pinacle de la notoriété mondiale, représente parfaitement l'idéal entrepreneurial. La réussite, notion moderne, veut que chacun se construise, s'invente, fasse valoir ses talents aux yeux du monde. Ainsi, le sport, dans une société de fait inégalitaire, malgré les postulats qui la fondent, sans remettre en question ces inégalités, semble indiquer

¹ Laure Patrick (2004), *Histoire du dopage et des pratiques dopantes*, Vuibert, p. 138

² op. cit. p. 142

³ ibid

⁴ Hautefeuille Michel (2009), *Dopage et vie quotidienne*, Petite bibliothèque Payot, p.10

une issue possible. Ce n'est plus une réponse collective faite de revendications et de luttes, mais une réponse individuelle fondée sur le mérite et l'invention de sa propre vie.

Ainsi le sport offre-t-il tant dans son vocabulaire que dans ses représentations, un modèle de référence parfait pour l'entreprise qui a multiplié dans les années 80 les stages Hors-limites (saut à l'élastique, stages de survie en forêt, etc.) pour éduquer les cadres à la prise de risques et à « *les assumer collectivement dans un environnement économique imprévisible.* »¹ Il « *résout en imagination, c'est-à-dire sans rien modifier du paysage des structures sociales, un des dilemmes centraux de la condition démocratique, de notre expérience subjective et ordinaire de la vie : la tension entre l'égalité de principe des hommes et leur inégalité de fait. La compétition sportive dénoue cette tension en la rendant non contradictoire. Elle est l'idéal de la compétition, elle met le monde à l'endroit.* »² Notons que la « *résolution en imagination* » évoquée par Alain Ehrenberg entérine le fait que le sport ne répond pas aux injustices de la société, mais offre une théâtralisation qui donne en représentation la supposée possibilité de cette résolution. Un homme ordinaire, pareil aux autres va, par ses seuls mérites et talents, s'écrire un destin hors du commun. Sa réalisation personnelle se donne en exemple et le destin le plus exceptionnel devient donc accessible à tous.

Nos sociétés fondées sur la démocratie - en prônant l'égalité des chances, dans la mesure où toute loi peut se refonder et avec elle, tous les autres registres de la vie sociale, avec une soumission économique au libre-échange et à la finance auxquelles s'ajoutent les vicissitudes de la crise - précipitent l'individu dans une perte « *de repères de la certitude* » et le confrontent à « *l'expérience personnelle de l'indétermination dernière qui est au cœur de l'existence démocratique.* »³ Le tout possible, en dehors des perspectives positives dont il est la promesse, expose à la troublante tâche de devoir s'inventer en permanence. L'État-providence, dernier bastion censé le protéger, ayant failli, l'individu n'attend plus rien d'une inscription sociale stable, où traditionnellement s'il y avait ascension, elle se déroulait sur plusieurs générations (père ouvrier, fils instituteur, petit-fils ingénieur, par exemple) ; une vie de bon chrétien ou de bon père ou bonne mère de famille ne suffit plus à mourir satisfait de soi avec la douce certitude du devoir accompli, et le paradis en perspective. Le temps s'est contracté et c'est à l'échelle de son passage sur terre que doit advenir la réussite.⁴ L'individu, héros de sa propre vie, se doit d'entreprendre. Ce sont ses actions et réalisations qui vont le définir, le faire passer de personne (noyée dans la masse) à quelqu'un (se faire un nom).

Et puisque le droit de naissance s'efface au bénéfice du mérite, avec l'accroissement des biens de consommation et la sollicitation faite à chacun de consommer, la réussite va s'identifier avec les possessions individuelles. La réponse politique pour résoudre les difficultés rencontrées n'ayant pas tenu ses promesses,

¹ Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 171

² op. cit. p. 42

³ op. cit. p. 20

⁴ « *L'égalité d'aujourd'hui n'a de sens que dans le temps court d'une vie humaine.* » in Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 281

l'individu cherche une réponse personnelle.¹ Les années 60 faisaient miroiter au salarié que l'acquisition de biens de consommation était le gage de son bonheur. Les années 80, avec la crise qui menace diversement toutes les couches sociales, voient apparaître un « *individu conquérant* », censé trouver une réponse économique là où la réponse politique a échoué, et sommé de réussir sa vie.

Mais de quelle réussite parle-t-on ?

Qu'est-ce que réussir aujourd'hui ?

Réussir aujourd'hui, c'est s'inventer soi-même. Libéré des déterminismes de son origine, citoyen d'une société démocratique, l'homme d'aujourd'hui se pose, comme l'écrit Alain Ehrenberg, en « *figure du commencement* ». Nous sommes ici en présence du « *self made man américain* », représenté par Bernard Tapie dans sa version française, dont l'héritage importe peu et qui va se forger son propre destin.² L'injonction de la société est de se distinguer, d'être quelqu'un. Son exemple est d'autant plus intéressant, que Bernard Tapie « a tout essayé » pour être connu et reconnu. Il a commencé une carrière de chanteur, avant de se lancer dans les affaires, il est devenu dirigeant de l'Olympique de Marseille, il a goûté à la politique, s'est retrouvé ruiné et a tenté une reconversion dans le théâtre, et après que justice lui fut rendue, il est finalement retourné dans le monde des affaires. D'ailleurs, dans une version extrême, comme l'illustrent à merveille les programmes de la télé réalité, les individus cherchent à être célèbres pour la célébrité même et non, pour la reconnaissance d'une réalisation ou d'un mérite personnels.

Réussir aujourd'hui, c'est remettre en question la validité de toute hiérarchie et de toute tradition au bénéfice de son propre chemin, « *c'est l'ambition de devenir un individu pur.* »³

Réussir aujourd'hui, c'est pouvoir répondre à tous ses désirs (voyager dans les pays lointains, s'offrir une chirurgie esthétique, acquérir des biens, une belle maison, une belle voiture, etc.) et se réaliser personnellement. À défaut de faire œuvre commune à travers un projet citoyen (héros de guerre, reconstruction d'après-guerre, bâtisseur, etc.), l'homme moderne devient l'objet de sa propre réalisation, il devient œuvre de lui-même et doit donc faire « quelque chose » de sa vie.

Et c'est l'entreprise de la seconde moitié du XXe siècle qui va se présenter comme espace d'épanouissement personnel et de réalisation de soi. À celle paternaliste du XIXe siècle, s'impose de plus en plus une entreprise des actionnaires, dépersonnalisée. Le management participatif a remplacé une gestion bureaucratique censée diriger des « *exécutants indociles ou arriérés* ». ⁴ À l'obligation d'obéissance des temps anciens, l'entreprise moderne substitue la responsabilisation et la possibilité

¹ « *La consommation détournait les classes populaires de leurs véritables intérêts politiques au profit de la satisfaction immédiate de plaisirs illusoire et de besoins artificiels, tandis que les classes moyennes se livraient à la comédie du standing.* » in Ehrenberg Alain (1996), *L'individu incertain*, Calmann-Lévy Essai, p. 15

² « *L'homme qui réussit est, d'abord, celui qui, sans racines et sans passé, se fabrique une généalogie à l'envers.* » in Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 201

³ op. cit. p. 102

⁴ « *Le management participatif accompagne le recul d'une vision purement hiérarchique des rapports commandement/obéissance.* » in Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 223

d'agir sur soi. Et dans le contexte précaire que l'on connaît (crise, chômage, délocalisations, esprit compétitif exacerbé, etc.), revient à chacun la lourde tâche de s'adapter en permanence et d'adopter des conduites de changement permettant de « gérer » les multiples mutations auxquelles il se trouve confronté. Mais ce qui à première vue peut apparaître comme une libération n'est au bout du compte qu' « *une transformation des formes de gouvernement exercées sur la frange du salariat non précarisée* »,¹ car la contrainte reste lourde et l'emprise exercée par l'entreprise sur le salarié devenue moins visible n'en est pas moins forte. Elle s'exprime principalement en termes d'objectifs et brandit la menace du licenciement. De plus, les inégalités restent vivaces et la hiérarchie pesante. Ce phénomène se trouve accentué par les crises économiques successives. Ainsi, la précarité et l'arbitraire trouveraient une réponse adaptée dans le modèle du « *sport-aventure* »,² qui invite à se dépasser et, de façon collégiale, à combattre les obstacles plus ou moins prévisibles rencontrés. D'ailleurs l'entreprise est allée jusqu'à adopter le vocabulaire sportif. Le travail serait donc un espace où il est demandé le meilleur de chacun. L'obéissance benoîte à une hiérarchie a fait long feu, l'esprit d'initiative et la responsabilité individuelle l'ont allègrement remplacée.

Ainsi, comme l'écrit Michel Hautefeuille : « *Au terme de ces injonctions, il suffit pour réussir sa vie d'être performant, heureux et célèbre. ... Nos sociétés vivent avec deux phobies. Celle de l'ennui, qui explique qu'il faille tout remplir, tout le temps, tout de suite (le zapping télévisuel en est une des traductions symptomatologiques les plus caricaturales). Et celle de la peur de l'absence. Être absent est aussi insupportable que de subir l'absence.* »³

Les représentations du travail de nos jours

Cependant, le travail n'a pas toujours eu l'image et le rôle que nous lui connaissons. Avant le XVIII^e siècle, l'importance de la vie dans l'au-delà, le mépris pour la richesse, la faible valorisation des réalisations humaines en dehors de celles dédiées à Dieu ou aux puissants, n'ont pas favorisé un investissement particulier sur lui et d'ailleurs, le terme même n'existe pas encore. Il va naître avec l'ère industrielle et se définir alors comme production de richesse et, même si dans les représentations, il fait appel à l'effort et au sacrifice, avec ce siècle s'amorce l'idée de transformer le monde et d'y étendre la civilisation. Marx se prend même à rêver un monde où libéré du salariat et dans l'abondance, le travail trouve sa fonction humanisante : « *Supposons, écrit Marx, que nous produisions comme des êtres humains (...). Nos productions seraient autant de miroirs où nos êtres rayonneraient l'un vers l'autre.* »⁴ Il y a là une indication très importante sur la société imaginée par le XIX^e siècle et en particulier par Marx : la production et par conséquent le travail sont rêvés comme le lieu central où s'opère l'alchimie du lien social dans une philosophie de l'interexpression et de la reconnaissance. »⁴ Les bases de l'acception moderne du

¹ Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 230

² « *Son équation sous-jacente, concurrence, justice, imprévisibilité, le porte en avant, en fait une référence et un principe d'action socialement crédibles et économiquement efficaces pour motiver le personnel d'une entreprise* » in op. cit. p. 231

³ Hautefeuille Michel (2009), *Dopage et vie quotidienne*, Petite bibliothèque Payot, p.15

⁴ Méda Dominique, « Centralité du travail, plein emploi de qualité et développement humain », *Cités*,

travail sont alors posées ; elles vont se nourrir de l'idée de l'épanouissement et de la réalisation de soi - non pas comme l'a rêvé Marx, lorsque le salariat sera aboli – mais au contraire avec la perspective des hausses de salaires et de la consommation colportée par la sociale démocratie. Cette conception occulte la fonction réalisatrice de soi du travail et en fait alors un objet hétéronome.¹ Nous restons aujourd'hui encore sur cette conception contradictoire : « *le travail comme facteur de production, comme essence de l'homme et comme système de distribution des revenus, des droits et des protections.* »²

À l'heure actuelle, selon Marie Jahoda, sociologue et professeure de psychologie sociale, nous pouvons retenir cinq fonctions primordiales au travail : « *Il impose une structure temporelle de la vie ; il crée des contacts sociaux en dehors de la famille ; il donne des buts dépassant les visées propres ; il définit l'identité sociale et il force à l'action.* »³ Ajoutons à cela le fait que le travail, dans les représentations, est devenu pour l'homme « *l'une des plus hautes formes d'expression* ».

Autant dire qu'il devient le lieu électif de la réalisation de soi, un espace censé permettre à tout un chacun de se révéler, de se faire connaître, d'aller au bout de lui-même, « *réussir à être quelqu'un, c'est entreprendre de devenir soi-même.* »⁴

L'homme moderne et son identité

Ainsi, les droits de choisir sa vie et de se définir soi-même, ont placé l'individualité dans un mouvement permanent qui induit une indétermination psychique difficile à réguler. Bien que de prime abord, cette souveraineté acquise résonne comme une liberté nouvelle, elle ne fait que déplacer la zone de conflit psychique. Aux règles sociales contraignantes et au conformisme, qui régissaient les comportements et pouvaient générer - dans le désir de la transgression ou la transgression même – un conflit psychique autour de la culpabilité, se substituent l'esprit d'initiative et les injonctions de réussite personnelle qui – face à l'ampleur de la tâche – viennent nourrir un sentiment d'insuffisance.⁵ Et même si, les conflits liés à la culpabilité sont loin d'avoir disparu, nos sociétés actuelles voient une maladie des temps modernes se développer : la dépression. Les grandes manifestations

2001/4 n° 8, p. 21-33. DOI : 10.3917/cite.008.0021, p.26

¹ « *Elle opère de ce fait une confusion majeure entre les deux conceptions du travail que la pensée socialiste avait toujours pris soin de distinguer : le travail réel, aliéné et dont la lutte politique doit réduire le temps, et le travail libéré, qui deviendra un jour le premier besoin vital, mais en changeant totalement de sens.* » in Méda Dominique, « Centralité du travail, plein emploi de qualité et développement humain », *Cités*, 2001/4 n° 8, p. 21-33. DOI : 10.3917/cite.008.0021, p. 27

² *ibid*

³ *op. cit.* p. 21

⁴ Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 279

⁵ « *Hier, les règles sociales commandaient les conformismes de pensée, voire des automatismes de conduite ; aujourd'hui, elles exigent de l'initiative et des aptitudes mentales. L'individu est confronté à une pathologie de l'insuffisance plus qu'à une maladie de la faute, l'univers du dysfonctionnement plus qu'à celui de la loi : le déprimé est un homme en panne. Le déplacement de la culpabilité à la responsabilité ne va pas sans brouiller les rapports entre le permis et le défendu.* » in Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poche, p. 16

hystériques du temps de Freud ont cédé la place aux états neurasthéniques. « *S'affranchir rendait nerveux, être affranchi déprime.* »¹

Au conformisme et aux automatismes d'antan, s'opposent donc aujourd'hui l'esprit d'initiative et les aptitudes mentales requises pour intégrer en permanence des conduites de changement dans cette recherche d'invention de soi.

Mais être soi-même, qu'est-ce que cela veut dire ?

Cette liberté et cette égalité nées de la Déclaration des Droits de l'Homme, et l'esprit d'initiative sollicité par l'entreprise semblent offrir à chacun un magnifique espace pour inventer son individualité. Cependant, l'image de soi s'appuie alors sur un sol meuble où toutes références stables ont disparu. Être soi-même, en dehors de l'interrogation que cela soulève (Y aurait-il un moi irréductible à autre chose qu'à lui-même qui, débarrassé de ses faux-semblants apparaîtrait au détour d'un cheminement personnel comme un noyau défini, stable et authentique ?), confronte l'individu à des choix subjectifs : Quelle norme choisir ? Quels critères retenir ? Et sommes-nous toujours en capacité de faire un choix ? Être en charge de sa propre subjectivité peut s'avérer très lourd et faire plonger dans une incapacité à agir.

Les progrès linéaires que devaient nous garantir l'État-providence et le développement économique, se sont transformés en crises politique et économique, laissant « *l'homme embarqué seul dans le bateau de sa destinée et affronté à la tâche d'avoir à se construire, se trouver une place et une identité sociales par lui-même...* »² Ainsi, héros des temps modernes, l'individu intègre les modèles de la réussite entrepreneuriale comme étant « *la voie royale de la réussite* » et de sa définition.

Mais la question de la souveraineté, loin de l'émanciper, ne fait que le renvoyer à lui-même, dans une impossible quête de définition de soi, où à la fois sujet et objet et dans une permanente conquête identitaire, « *l'individu se dérobe à lui-même en se rapportant à lui-même, [qu']il est aux prises avec son inconnu(e).* »³ Puisque l'invention de soi l'invite moins à s'identifier à des figures stables et normatives que, dans cette soif de singularisation, à générer ses propres références. Il se condamne alors à l'incertitude, « *n'ayant plus de dehors pour lui indiquer sa conduite* ». Être soi renvoie à une question ontologique qui, loin de résoudre la question identitaire, la confronte à l'expérience subjective.⁴

Cette définition de soi passe alors par l'action, puisque l'homme moderne s'invente sur les mythes modernes du sport et de l'aventure entrepreneuriale : « (...) *le qui suis-je ? est mesuré à l'aune d'un que fais-je ?* »⁵ Et tout autant, ce je fais va déterminer un je suis. Cet homme moderne enjoint de s'inventer une trajectoire, s'identifie à ses désirs et pense que c'est en les réalisant qu'il se réalisera et qu'il

¹ Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poche, p. 60

² op. cit. p. 174

³ op. cit. p. 15

⁴ « *Le « personnel » est un artifice normatif ; il est, comme toute norme, parfaitement impersonnel* » in op. cit. p. 157

⁵ Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 281

réalisera du même coup son bonheur. Mais le désir appartient-il en propre à celui qui le ressent ?

C'est avec Baudelaire et l'invention de la modernité que l'on trouve pour la première fois dans *Les Paradis Artificiels*, cette quête transcendante d'un devenir divin, qui vouée à l'échec « ne révèle à l'individu que l'individu lui-même. » Dans un même mouvement, il est « à la fois puissant et impuissant. »¹ Cette conquête identitaire et le vertige du tout ou rien qu'elle suscite justifient pleinement l'anxiété de l'individu moderne.

La médicalisation de la vie

Cette injonction à faire preuve d'initiative, à faire face à chaque difficulté rencontrée par une responsabilisation accrue, et à toujours s'améliorer pour intégrer des conduites de changement, amène l'individu à s'identifier au sportif de haut niveau qui, pour améliorer sa performance, a recours au dopage.

Les conduites dopantes au quotidien et dans le monde du travail préoccupent de plus en plus les pouvoirs publics par le développement qu'elles connaissent. Elles s'inscrivent dans une lente dérive, opérée à partir des années 1960, principalement imputable aux phénomènes exposés précédemment : la transformation de nos sociétés modernes dont les valeurs démocratiques se sont enracinées dans l'esprit du sport et l'aventure entrepreneuriale, à laquelle s'ajoute la médicalisation généralisée de la vie, facteurs auxquels se confronte un individu devenu - pour reprendre les termes d'Alain Ehrenberg - « un individu trajectoire », précipité au cœur d'un destin incertain.

Ces évolutions sociétales génèrent un individu qui serait moins névrotique qu'auparavant - puisque moins soumis à la loi, au conformisme et à la discipline - mais plus dépressif puisque davantage exposé à l'injonction de se définir lui-même, d'intérioriser les conflits et de se responsabiliser en adoptant des conduites de changement. Cet individu se retrouve alors déficitaire, insuffisant, renvoyé à sa petitesse, à ses incapacités et à son impuissance.

Ainsi, la dépression, maladie du XXe siècle, a redistribué la nosographie psychiatrique. Elle s'ajoute aux trois grandes structures de la vie psychique, la névrose, la psychose et la perversion. Le sociologue la décrit comme étant une maladie de l'insuffisance, elle est « la pathologie de la liberté ».² Le sujet névrotique se construisait un symptôme, le psychotique un délire, le dépressif « agit le conflit à travers des comportements : addictions, impulsions suicidaires, passages à l'acte. Ces « agirs » remplissent le vide dépressif, ils sont une manière de le combler. »³ Cette maladie dont on définit difficilement l'étiologie, se manifeste entre autres par une immense fatigue et une impossibilité à passer à l'action. L'indétermination de ses limites, une sorte de combinaison d'hystérie et d'anxiété, en fait un mal diffus, dont tout un chacun semble à un moment ou un autre frappé. Elle serait

¹ Ehrenberg Alain (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel, p. 258

² Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poches, p. 35

³ op. cit. p. 170

psychopathologie pour les uns, dysfonctionnement du système nerveux pour les autres.

De plus, la pharmacologie moderne a permis de mettre sur le marché tout un panel de molécules visant au bien-être des personnes. Neuroleptiques, anxiolytiques, antidépresseurs ont apporté, pour le premier, la possibilité d'agir sur les puissants syndromes psychotiques et, pour les derniers, de suspendre les manifestations dépressives.¹ A défaut de guérir, la chimie moderne a permis de stabiliser, d'aménager, de chroniciser. Au travail introspectif, analytique ou psychothérapeutique, travail laborieux, engageant et qui connaît des limites, le fantasme de la guérison ayant fait long feu, s'est substituée la possibilité de l'étayage chimique. On doit également ce phénomène à la psychiatrie américaine qui a imposé une vision symptomatique des maladies psychiques, là où la psychiatrie française se situait plutôt dans une vision étiologique. On recherche davantage, de façon pragmatique, la disparition du symptôme que la compréhension de ce qu'il peut exprimer de conflit non résolu. Et toujours dans cette optique utilitariste, sont également arrivées d'outre-Atlantique des techniques de dépassement de soi qui ont permis à l'individu de se désinhiber, sans pour autant l'aider à se structurer.

Ainsi, la réponse médicamenteuse face à la dépression, de façon pragmatique, en gelant les symptômes, soulage le sujet et lui permet d'agir à nouveau. « *Le Prozac n'est pas une pilule du bonheur mais celle de l'initiative.* »² Les médecins voient arriver une patientèle avec une nouvelle demande : celle « d'aller bien ». Et, même si l'on va encore chez le docteur pour une grippe ou un glaucome, on y va de plus en plus fréquemment, pour retrouver le sommeil, se revigorer, se déstresser, arrêter de broyer des idées noires, bref pour réussir à se lever le matin et à accomplir les tâches qui nous incombent. « *Le concept de maladie se dissout dans l'idée du mal-être. Un médicament anodin pour améliorer leur confort intérieur serait une bonne nouvelle : personne ne se demande si on a affaire à de vraies maladies.* »³ L'homme moderne fuit la douleur et revendique son droit au bonheur auprès des professionnels de santé. On s'adresse à son médecin là où précédemment, on s'adressait à son directeur de conscience. Et, ce faisant, on fait l'économie d'une remise en question personnelle ou d'une recherche de sens. Le travail psychoaffectif cède le pas au « bénéfice » d'une dépossession de soi puisque c'est le psychotrope qui est censé répondre au malaise intérieur.⁴ Et ce dernier, avec les progrès pharmacologiques, y répond de mieux en mieux.⁵ Cependant, dans la mesure où la molécule ne fait que taire le symptôme, la chronicité s'installe et perpétue donc la prise de médicament.

¹ « *Autrement dit, l'action chimique modifie les mécanismes, mais ne supprime pas les causes ; elle est pathogénique, mais non étiologique.* » in Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poches, p. 111

² op. cit. p. 239

³ op. cit. p. 127

⁴ « *La victoire du modèle déficitaire se manifeste par l'affirmation que la personne est l'objet de sa maladie, elle n'y participe pas : elle est la victime d'un processus. La dépression devient ainsi une maladie comme les autres.* » in op. cit. p. 222

⁵ « *Nous nageons là dans le mythe de la drogue parfaite, c'est-à-dire dans l'impossibilité de décider s'il s'agit d'une drogue ou d'un médicament.* » in op. cit. p. 243

Ce phénomène favorise peu à peu un glissement dans les représentations concernant les psychotropes. L'impulsion à en consommer n'est plus spécialement guidée par l'envie de combattre une douleur ou annihiler un symptôme, mais pour tirer avantage des états que la substance procure. Nous voyons aisément de quoi se rapproche ce geste... « *En 1996, La revue Internationale de psychopathologie s'interroge : "Est-il nécessaire de disposer d'un diagnostic psychopathologique lorsque le produit n'est plus conçu en réponse à des états (dépression, anxiété, dissociation, etc.), mais vise plutôt à engendrer de nouveaux états mentaux sans dépendance ni menace sur l'intégrité physique du sujet ?"* »¹ Ainsi, la figure de médecin s'approche-t-elle de celle du dealer, et celle du patient de l'utilisateur de drogue. Et le patient, ni malade, ni guéri se retrouve « *inscrit dans de multiples programmes de maintenance.* »²

Et d'ailleurs est-il légitime de pousser les patients à se confronter à leurs conflits dans la mesure où l'assistance médicale compense le sentiment d'insuffisance et peut annihiler certains symptômes ?

Du traitement médical aux conduites dopantes

Si l'on ajoute à ce tableau, le fait que l'individualisation de l'existence a conduit à une dépolitisation générale et que la crise économique fait redouter la déchéance là où les années 80 faisaient miroiter la réussite, nous nous trouvons face à un individu qui oscille entre besoin de s'anesthésier grâce à la télé, à l'alcool ou à certains psychotropes, et de se mobiliser grâce à certaines molécules ou certaines pratiques dopantes. Ainsi, l'individu constamment guetté par la dépression, en évitant le conflit névrotique, recherche une fusion, « *à la recherche de sensation pour surmonter une intranquillité permanente. Le déficit comblé, l'apathie stimulée, l'impulsion régulée, la compulsion surmontée, font de la dépendance l'envers de la dépression.* »³ Comme l'écrit, Michel Hautefeuille, le statut des substances psychoactives se modifie ; elles deviennent « *des accessoires et des outils d'exploration dans le meilleur des cas, des instruments de normalisation dans le pire, ce qui est souvent la finalité réelle du dopage au quotidien.* »⁴ Le psychiatre s'interroge d'ailleurs sur l'aspect politique dont relève l'usage du Prozac, quatrième médicament le plus vendu au monde, dont on pourrait considérer qu'on en use « *dans un but de contrôle social.* » Et ce dernier de s'interroger : « *Serions-nous à ce point déprimés ?* »⁵ et de noter que nous assistons là à « *une lente dérive [qui] entraînera à terme un risque de médicalisation des comportements sociaux à travers ces trois composantes que sont l'adaptation, la performance et le plaisir.* »⁶

¹ Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poche, p. 243

² op. cit. p. 261

³ op. cit. p. 261

⁴ Hautefeuille Michel (2009), *Dopage et vie quotidienne*, Petite bibliothèque Payot, p. 23

⁵ op. cit. p. 97

⁶ op. cit. p. 214

Une cosmétique neurologique

« *L'homo syntheticus* » tel que le nomme Michel Hautefeuille, se veut jeune, beau, toujours de bonne humeur et performant. Il va donc confier son corps et son visage aux chirurgiens esthétiques et sa psyché aux médecins. Car, contraint à l'action permanente et à l'invention de soi, il se doit d'afficher un entrain constant pour ne pas qu'on le suspecte d'être un raté.

Et d'ailleurs, pourquoi accepter d'être fatigué, de s'angoisser, de craindre de rater une prestation, alors qu'il existe des médicaments pour juguler ces manifestations et pour augmenter nos performances ? On peut ainsi trouver des molécules pour accompagner chaque instant de nos vies selon nos besoins : se stimuler, se calmer, dormir, être en forme, « assurer ». Un réflexe à consommer nutriments, vitamines et autres psychotropes s'instaure peu à peu comme réponse logique et évidente à une baisse de régime ou de moral ou à nos obligations courantes.

L'automédication

Subrepticement, selon Michel Hautefeuille, un déplacement dans l'usage du médicament s'opère en trois mouvements : « *Utilisation médicale dans un premier temps ; utilisation médicale avec possibilité de détournement ludique dans un deuxième temps, utilisation ludique avec possibilité d'un « détournement » médical dans un troisième temps.* »¹ En effet, prendre un antibiotique pour un usage récréatif présente peu d'intérêt, mais lorsqu'il s'agit de psychotropes, la tentation peut être grande d'en étendre la consommation en dehors de la situation qui a motivé leur prescription pour « améliorer » un moment de vie ou faire la fête et de glisser ainsi imperceptiblement vers une automédication problématique.

Cette licence acquise va favoriser la multiplication des prises et des produits selon l'heure de la journée et l'activité. L'inflation dans l'usage est dangereuse en ce qu'elle peut conduire à des associations nocives de molécules, à des empoisonnements et à des fatigues dues à une surcharge médicamenteuse.

De plus, ces comportements interrogent la question des frontières. Pourquoi ne pas prendre quelques vitamines lorsque nous manquons d'énergie ? Pourquoi ne pas boire quelques cafés lorsque nous sommes fatigués ? Pourquoi ne pas avaler un somnifère lorsque nous trouvons difficilement le sommeil ? Où se situe le basculement qui conduit d'un geste de santé à la conduite dopante ? En fait, il s'agit moins d'une question de quantité que du « *rôle que ce comportement prend dans l'économie psychique de la personne en relation avec son environnement.* »² Il y aurait donc une différence de nature. Le sentiment de son insuffisance ou de sa

¹ Hautefeuille Michel (2009), *Dopage et vie quotidienne*, Petite bibliothèque Payot, p. 63

² Graf Michel & Rodrick Dwight (pres.), Congrès conduites dopantes : *Les conduites dopantes au travail : de l'automédication à l'augmentation*. Congrès d'addiction Suisse (2010), Jean Dominique Michel, p. 11

défaillance face à une situation objectivement ou subjectivement stressante va déclencher la recherche d'une solution extérieure. Ainsi, les conduites dopantes se multiplient à bas bruit.

Les conduites dopantes

Définition et discrimination entre dopage et conduites dopantes

La définition des conduites dopantes, si l'on prend celle qu'en donne Patrick Laure, se résume à : la consommation de substances pour affronter des obstacles réels ou ressentis tels aux fins de performance. A première vue, cette définition semble couvrir le champ du dopage. Cependant, plus que le couvrir, elle l'englobe. Ce dernier se réfère en effet à l'utilisation de substances ou procédures non permises par l'Agence Mondiale Anti Dopage (AMID) et l'interdit s'exerce sur tout sportif ayant une licence, alors que la conduite dopante relève de façon plus large de l'utilisation de substances licites ou illicites et/ou de méthodes aux fins de performance et va concerner davantage des pratiques individuelles dans les situations multiples de la vie. Le premier est clairement transgressif (prise de substances interdites), là où les frontières du second restent imprécises et non réglementées : « *Le dopage en constitue un sous-ensemble, limité à une partie de la population (les sportifs), à une partie des produits disponibles (ceux qui sont inscrits sur la liste), et qui fait l'objet d'une régulation particulière (répression et prévention).* »¹

De plus, le dopage dans les sphères professionnelles et de haute compétition est général et encadré par des médecins et entraîneurs censés le maîtriser, alors que les conduites dopantes se développent de façon individuelle et anarchique.

Enfin, la performance recherchée dans les conduites dopantes s'étend à la pratique professionnelle, dans le contexte de la vie courante, c'est-à-dire dans l'environnement physique et social habituel de la personne et ne se réduit pas à un exploit à un moment donné. Le dopage s'adresse au compétiteur sportif (ce qui d'ailleurs tend à changer) là où les conduites dopantes touchent un large public.

Cependant, ne sont pas comprises dans les conduites dopantes, les consommations déjà installées dont l'origine ne relève pas des problématiques de travail, ni les surconsommations médicamenteuses dues à des problèmes de santé, même si elles peuvent en être une amorce.

Le public concerné par les conduites dopantes

Les individus désireux d'être à la hauteur de leur travail en termes de performance et de faire bonne figure sont les premiers touchés. Nous sommes face à une population socialement bien insérée dont le principal souci est l'adaptabilité. Ce souci d'adaptation, à l'origine de ces conduites, est justement le message sous-jacent

¹ Laure Patrick (2004), *Histoire du dopage et des pratiques dopantes*, Vuibert, p. 143

que renvoient toutes les formations comportementales dont l'impératif se résume à : adaptez-vous. Impératif décliné en termes de gestion. Ainsi, par retournement, ce qui s'énonce en problématique se décline en solution.

Nous pourrions grossièrement retenir deux catégories : les cadres, publicitaires, hommes d'affaire soumis aux décalages horaires, aux pressions financières, tenus de n'économiser ni leur temps ni leur combativité ni leur créativité ; et les salariés soumis à une organisation du travail plus ou moins défaillante, parfois en charge de tâches requérant une vigilance particulière, et affaiblis dans l'estime de soi par la compétition et la précarisation.

Et contrairement au sportif qui peut parfois déclarer forfait, ces derniers doivent « assurer » au quotidien. Alors « *entre un sujet absent et un sujet présent mais gorgé d'anxiolytiques, d'antidépresseurs ou de somnifères, la société et ses acteurs ont fait leur choix.* »¹ Il suffit d'ailleurs de se rendre chez le médecin et de parler d'anxiété pour recevoir immédiatement « *une prescription d'anxiolytiques renouvelable pratiquement par tacite reconduction, par tacite prescription.* »²

Rappelons cependant que c'est la confluence entre un individu avec ses attentes, ses désirs et ses blessures psychiques, à un moment donné de son histoire (divorce, maladie, etc.) dans un contexte professionnel donné (concurrence, vigilance, isolement, etc.), et aux prises avec certaines conduites plus ou moins addictogènes, qui peut entraîner des usages problématiques.

Les facteurs qui favorisent les conduites dopantes

Nous nous proposons de parcourir ici les principaux facteurs qui, dans le contexte professionnel, vont favoriser les conduites dopantes.

L'organisation du travail

Christophe Dejours, évoque dans son livre *Travail, usure mentale*, l'impact ravageur que l'organisation du travail peut exercer sur l'individu : « *Dans certaines conditions, une souffrance émerge, qui a pu être imputée au choc entre une histoire individuelle porteuse de projets, d'espoirs et de désirs et une organisation du travail qui les ignore.* »³ Parmi les difficultés rencontrées, citons : une surcharge ou une insuffisance de travail, un management peu participatif, une mauvaise qualité des relations de travail, une imprécision des missions, des conflits de rôles, un environnement matériel inadapté, etc. Nous savons que les salariés supportent mieux les conditions difficiles lorsqu'elles sont inhérentes à leur travail, que celles liées à une organisation défaillante. À l'investissement psychoaffectif de l'individu au travail peut répondre une organisation stérilisante, qui ne reçoit pas les plaintes et les suggestions, qui ne laisse aucune possibilité d'adaptation de la tâche aux besoins, qui coupe court à toute créativité, et donc qui s'impose comme « *le véhicule de la volonté d'un autre, à ce point puissante qu'à la fin le travailleur est comme habité par*

¹ Hautefeuille Michel (2009), *Dopage et vie quotidienne*, Petite bibliothèque Payot, p. 189

² op. cit. p. 105

³ Dejours Christophe (2011). *Travail, usure mentale*, Nouvelle édition, Bayard, p 183

l'étranger. »¹ Et dans ce mouvement général de responsabilisation individuelle où, le groupe est de moins en moins médiateur et où l'individu se sent écrasé, si aucune réponse créative n'est apportée aux difficultés rencontrées, « *cela peut évidemment conduire à une augmentation de la prise de produits psychoactifs, pour faire face, pour se consoler ou pour compenser.* »², comme le précise Marc Lorient, - sociologue et chercheur au CNRS, spécialiste de la fatigue et du stress au travail, de la protection sociale et des professionnels de la santé.

Le stress

Il est évident que le stress va favoriser les conduites dopantes. L'Agence Européenne de Santé et de Sécurité au Travail relève que 27% des travailleurs européens en sont victimes et qu'il est le problème de santé le plus répandu dans le monde du travail. Le stress est majoritairement généré par les difficultés organisationnelles citées plus haut auxquelles s'ajoute fréquemment un manque de soutien des collègues et de l'encadrement. Il naîtrait du déséquilibre perçu entre ce qui est exigé de la personne et les ressources dont elle dispose pour répondre à ces exigences. Le terme de perception pointe la subjectivité de cette notion. Ainsi, il faut pour l'évaluer tenir compte à la fois des facteurs organisationnels objectifs et des facteurs propres à la sensibilité et à l'histoire du sujet. Nous considérons en général deux stress, l'un étant qualifié de bon et l'autre de mauvais. Le premier relève de la saine compétition et de l'émulation, là où le second est généré par des difficultés qui débordent le sujet et face auxquelles il se sent impuissant.

Le besoin de réussite

Le besoin de réussite se situe sur un axe entre esprit de conquête et préservation des acquis,³ entre reconnaissance sociale et peur du désaveu.

Ce besoin de réussite se charge actuellement, comme nous l'avons vu plus haut, de la définition même de sujet ; nous sommes quelqu'un dans la mesure où nous avons réussi. Ainsi, l'invention de soi se fonde souvent dans la notion de réussite personnelle.

La performance

La performance semble de plus en plus s'imposer à tous, toutes catégories socioprofessionnelles confondues. Elle s'appuie sur le besoin de réussite, sur la peur de l'échec, sur la crainte de se voir remplacer, sur le besoin de reconnaissance, ou sur une injonction plus ou moins voilée de la hiérarchie qui la réclame en tant que dû. Quel que soit son domaine, chacun est censé être le premier, être un battant.

¹ Dejours Christophe (2011). *Travail, usure mentale*, Nouvelle édition, Bayard, p. 188

² Graf Michel & Rodrick Dwight (pres.), Congrès conduites dopantes : *Les conduites dopantes au travail : de l'automédication à l'augmentation*. Congrès d'addiction Suisse (2010), Lorient Marc, p. 15

³ « *Un athlète dirait : "rester le meilleur" ou "ne pas être à la ramasse".* » in Laure Patrick (2004), *Histoire du dopage et des pratiques dopantes*, Vuibert, p. 152

Ce qui amène, bien entendu, à aller vers la consommation de produits, pour tenir le coup, améliorer ses performances, ou calmer ses angoisses.

Le workaholisme

Le workaholisme est généralement défini comme étant une dépendance au travail. Dominique Chouanière, médecin épidémiologiste à l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS), en donne cette définition : « *Le patient dépendant au travail est hautement engagé dans son travail et y consacre une grande partie de son temps au-delà de ce qui est raisonnablement attendu sur le plan économique ou organisationnel* ». ¹ Cette dépendance, socialement seyante, entraîne fréquemment des conduites dopantes car le workaholique doit pouvoir maintenir un rythme effréné de travail. Cependant tous les « dopés pour le travail » ne sont pas pour autant workaholiques. Le recours aux conduites dopantes en entreprise reste avant tout induit par l'environnement.

La peur de l'échec

Nous parlons d'échec lorsque l'objectif fixé n'est pas atteint, ou que les résultats sont en deçà de ceux attendus ou encore s'il est atteint et qu'il génère des problèmes et difficultés imprévus. L'échec dans le contexte sociétal qui est le nôtre, résonne comme une invalidation du sujet, dans la mesure où la valeur de l'individu est proportionnelle à son aptitude à réussir. Ce qui motive donc l'engagement dans l'action est moins souvent qu'on le pense l'envie de réussir que la peur d'échouer. La réussite serait la motivation des tenants de la bonne estime de soi et l'échec le spectre de ceux qui doutent d'eux. Ainsi, on peut considérer que dans une grande majorité des cas, la conduite dopante est motivée par un comportement de prévention de l'échec.

Les problématiques soulevées par les conduites dopantes ?

Prévention de l'échec, combat du stress, injonction de réussite, conquête de soi, ces multiples facteurs ajoutés aux fragilités psychiques de l'individu et au sentiment de sa propre défaillance vont être le ferment du développement des conduites dopantes. Et le plus grand risque encouru serait de passer d'un usage abusif à la dépendance. Nous sommes encore aux prémices de ce phénomène et manquons de recul pour en évaluer l'importance. Le premier effet attendu et obtenu est de renforcer le moi pour calmer le doute dans sa propre faculté à réussir la tâche assignée, mais au fil du temps, pour obtenir le même effet, l'individu risque de multiplier les prises et d'augmenter les doses et de se retrouver dans une dépendance dont les conséquences « *modifient le sentiment de l'estime de soi dans un sens négatif et confrontent le sujet à la répétition du comportement pour alléger l'effet de cette mésestime.* » ² Le cercle

¹ Graf Michel & Rodrick Dwight (pres.), Congrès conduites dopantes : *Les conduites dopantes au travail : de l'automédication à l'augmentation*. Congrès d'addiction Suisse (2010), Chouanière Dominique, p 11

² Ehrenberg Alain (1996), *L'individu incertain*, Calmann-Lévy Essai, p. 137

vicieux s'installe et l'usager qui voulait échapper à la mauvaise estime qu'il avait de lui, la voit se renforcer par l'assujettissement qu'il vit avec les produits qu'il a pris à cet effet.

Mais en dehors du pouvoir renforçateur, qu'est-ce qui sous-tend le geste ?

Les conduites dopantes peuvent apparaître comme une réponse juste au stress et à l'obligation de performance, réponse qui prend la forme d'un abus de médicaments (anxiolytiques, antidépresseurs, hypnotiques, analgésiques, etc.) ou de vitamines et de psychotropes légaux et illégaux. Ou encore la performance serait l'idéal de réalisation à atteindre. Mais qu'elle soit un but idéal (versant positif) ou une obligation tyrannique (versant négatif), l'étymologie du terme de performance renvoie aux résultats et actions accomplis par un cheval de course. D'où l'idée de compétition et l'idée de la bête !

De plus, même si beaucoup de workaholiques vont avoir tendance à se doper, on ne peut pas « *considérer tous les dopés du quotidien comme des workaholiques, cela reviendrait à individualiser une pratique générée en réalité par un environnement. Cette approche permettrait de dédouaner l'entreprise et de lui restituer sa « pureté originelle ».* Ce retour en arrière serait une erreur clinique, mais aussi stratégique, notamment en ce qui concerne les effets que pourraient avoir les mesures de prévention, d'information et d'aide aux employés. »¹ Mais cette réserve émise, quelles conséquences sur l'individu vont provoquer les conduites dopantes ?

Fuir la douleur

Vouloir échapper à son stress et à sa fatigue peut conduire à chercher l'amélioration de ses capacités, en ce que cette recherche placerait la personne en amont de la souffrance. En d'autres termes, nous pourrions voir la démarche « positive » de l'amélioration des performances comme une réponse à la démarche « négative » qui consiste à combattre le stress ou la douleur. Tout comme une conduite dopante peut être le pendant du workaholisme et donc, s'inscrire en dépendance seconde et non première.

De plus, cette normalisation que soutient la médecine qui accorde à chaque petit mal son remède, invite l'usager à penser qu'il est dégagé des questions existentielles et des difficultés qui jalonnent sa vie.² Alors qu'une solution plus constructive et pérenne serait de se réapproprier les questions fondamentales qui l'habitent.

L'amélioration de soi

Et plus encore que l'envie d'échapper à la douleur, à travers l'usage de certaines substances, nous flirtons avec l'idée de vouloir s'améliorer, de viser un mieux que soi.³ À l'instar des athlètes de l'ex-RDA, cette notion d'amélioration incite à penser une dénaturation du corps et de l'esprit. Nous sortirions de l'aspect optimisation en

¹ Hautefeuille Michel (2009), *Dopage et vie quotidienne*, Petite bibliothèque Payot p. 182

² « *Adieu l'expérience de vie, adieu le travail de deuil, adieu la tolérance à la frustration, adieu les aléas, mais aussi la richesse de la condition humaine ! Seuls les états supportables seront normalisés.* » in op. cit. p. 74

³ Graf Michel & Rodrick Dwight (pres.), Congrès conduites dopantes : *Les conduites dopantes au travail : de l'automédication à l'augmentation*. Congrès d'addiction Suisse (2010), Bernard Baertschi, p. 11

allant vers elle. Les produits dopants sont à l'homme moderne ce que les OGM sont à l'agriculture. On attend de la céréale génétiquement modifiée, robuste, résistance à certains parasites et productivité accrue, aux dépens de la qualité nutritive de son grain, de notre santé et de l'impact sur l'environnement. On généralise une pratique dont les tests cliniques effectués par Monsanto même, une entreprise spécialisée dans les biotechnologies végétales, ont mis à jour des résultats inquiétants (développement de cancer, vie abrégée, etc.) lorsqu'ils ont été menés sur des souris. On répond à l'urgence immédiate, plus soucieux des bénéfices engendrés que des conséquences à redouter. C'est une réponse à la vue courte et dont les implications ne sont ni pensées, ni mesurées, ni soumises à délibération avec les acteurs politiques, économiques, de santé et environnementaux. Or la réponse neurologique entraîne un changement de l'humeur, mais aussi de la personne. Nous concevons que les neuroleptiques présentent pour un psychotique l'avantage inestimable de le sortir de ses hallucinations et d'envisager une vie « normale ». Ils rapprocheraient la personne d'elle-même. Donc même s'ils ne le guérissent pas, ils lui ouvrent la porte de la socialisation et de l'apaisement de la souffrance. Mais qu'en est-il d'une personne chez qui on ne repère pas de troubles psychiatriques et qui use de psychotropes légaux ou illégaux ? Se rapproche-t-elle d'elle-même ou s'en éloigne-t-elle ?

Une quête identitaire

Par cette pratique dopante, motivée par le désir de correspondre à ce que l'entreprise ou la société attendent de lui, en l'acheminant au-delà de lui-même, l'individu risque-t-il un au-delà identitaire ? Créant ainsi un clivage entre ce qu'il est vraiment avec ses limites et l'image idéalisée qu'il a de lui. « *Etre plus que soi (jusqu'ou ?) ou autre que soi (qui ?). C'est un langage que nous connaissons tous fort bien, celui de la drogue.* »¹ D'ailleurs, ce désir d'être plus que soi ne prend-il pas racine dans un refus de soi ?

Ne serait-il pas l'expression d'une agressivité retournée contre soi, de se vouloir violemment autre, là où l'individu ne trouve plus l'alternative de la médiation du groupe, de la revendication solidaire face à une organisation dont il se sent la victime ?

Et quelle valeur peut accorder à son travail l'individu qui use de cocaïne ? Cependant, est-ce une question qui compte au regard de certaines œuvres ? Allons-nous jeter au panier les écrits de Freud à cause de sa cocaïnomanie ? Tout le monde s'accordera sur la même réponse. Nous sommes donc dans l'ambivalence de penser le geste différemment selon le résultat qu'il permet.

Et si l'individu se sent étranger au travail produit à cause des substances dont il use, ne va-t-il pas se vivre comme un imposteur et ajouter à son malaise existentiel ? Celui qui réussit, ce n'est pas moi, mais cet autre que je deviens lorsque je suis sous l'effet de mon psychotrope. Suis-je un tricheur ?

De plus, ces conduites sont à l'image de la relation objectale que les grandes entreprises entretiennent avec leurs cadres, des pions vite remplaçables. Le « dopé » se retrouverait dans une figure paradoxale qui le fait d'autant plus objet de l'entreprise qu'il répond à cette course effrénée de performance en se voulant sujet invincible et donc en se transformant en un autre que lui.

¹ Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poche, p. 271

Ainsi comment aborder et traiter les conduites dopantes dans le cadre de l'entreprise ?

LA NATURE DE L'INTERVENTION

Une intervention de prévention des addictions classique s'appuie d'une part sur les méfaits des produits ou des conduites et d'autre part sur les représentations et les comportements. Nous aimerions, non pas tourner le dos à cette façon de faire, - exclusion faite des discours excessifs qui évoquent le risque zéro, répandent leurs conseils paternalistes et s'érigent en censeurs - mais la penser différemment.

En fait, il semble qu'il en va de nous-mêmes comme de la planète. Nous jouons aux apprentis-sorciers, dans une course en avant qui ne laisse nulle place au recul. Chacun ne devrait-il pas s'accorder un « moratoire » pour se recentrer et repenser ses valeurs, ses priorités et, au bout du compte, le sens qu'il veut donner à sa vie ?

L'avantage premier de parler d'écologie de l'être, c'est que le terme évoque une démarche qui associe la santé, le respect de soi et de l'environnement. Ce terme oblitère l'aspect prescriptif de la prévention qui se décline trop souvent en bien faire ou mal faire, en danger et donc en peur. Il convoque la réflexion éthique dans les débats.¹ Il englobe les notions de valeurs et de sens. Il invite à se penser au centre d'autres forces dans un environnement donné et dans un autre temps, et donc dynamise la problématique. Ainsi la conduite de changement sera un axe individuel mis en relation avec une vision politique et sociale, dans le cadre d'une organisation du travail donnée et d'un choix de vie.

En introduction à cette intervention, nous envisageons d'exposer la présentation sociologique et historique des addictions, ainsi que les lignes fortes qui fondent l'addictologie actuelle. Il s'agit d'offrir au stagiaire un tableau général qui va permettre de contextualiser les problématiques pour fonder les réflexions communes ultérieures. Trop souvent, certaines analyses font l'objet de débats entre professionnels et, à la suite de ces échanges, ces derniers vont déterminer une action préventive à mener. Ainsi, se trouve fréquemment occulté tout l'arrière-plan qui sert pourtant d'assise aux concepts qui seront retenus et exposés. Cette démarche, en ce qu'elle sous-tend l'idée de devoir penser et adapter des solutions pour un autre, place cet autre en position d'objet. Le professionnel campe alors sur la posture de « celui qui sait » face au stagiaire, venu picorer quelques informations et recommandations, à qui l'on demande une écoute attentive. Or, autant la télévision avec ses émissions les plus ineptes peut nous donner un sentiment d'abêtissement, autant un de ses débats animés

¹ « Une action qui aurait pour objectif d'entraîner un changement de comportement sans aucune référence à l'éthique ne relèverait pas de la prévention mais de la manipulation. » in Laure Patrick (2004), *Histoire du dopage et des pratiques dopantes*, Vuibert p. 147

par des personnalités éminentes peut éveiller notre sagacité. Nous parions sur l'intelligence de l'homme.

Par ailleurs, si nous faisons la synthèse des différents thèmes que le phénomène des conduites dopantes soulève, nous nous trouvons entre autres avec la question de la liberté, en prise avec la figure paradoxale de l'homme libre de nos sociétés démocratiques précipité dans l'assujettissement addictif. Créature de Dieu ou sujet du roi, l'homme était soulagé du poids de devoir se définir lui-même. Et même s'il ne s'agit pas de lui souhaiter un nouveau pouvoir coercitif, la question du poids de cette liberté mérite cependant d'être soulevée. D'autant que la coercition, loin d'avoir disparu, a pris d'autres formes et avance masquée.

L'homme ne peut penser la liberté qu'à partir de ses limites et du point de vue du relationnel. Animal social, il est par définition dépendant de l'autre et de son inscription dans un groupe. L'homme n'est homme que parmi les hommes. Ainsi, n'est pas seulement libre l'ermite qui s'abandonne à son dieu ou à la vacuité - d'ailleurs cette liberté reste relationnelle - pas plus que n'est libre l'entrepreneur à qui tout réussit et qui comble tous ses désirs (si tant est qu'un désir puisse être comblé). Il y a toujours un homme et son objet : une recherche spirituelle, de réussite, d'accomplissement, d'expression artistique, etc. Ainsi, la liberté se traite-t-elle toujours en termes de relation d'un sujet à son objet. S'agit-il de l'élection des objets de cette relation qu'il faut considérer? Ou bien de la relation même que nous entretenons avec eux? Certainement les deux à la fois. Mais avant tout, tenus par nos obligations et devoirs, la question de la liberté relève également de notre aptitude à revendiquer les choix que nous faisons et les actions que nous menons. Pour cela, il faut bien dans un premier temps réfléchir aux alternatives qui se présentent à chacun entre obligations, injonctions, fantasmes et options de vie.

En effet, nous sommes à la fois déterminés par une culture, une appartenance sociale, un investissement affectif parental, un contexte socio-économique, en même temps que par notre désir de nous conformer ou de nous rebeller face à un chemin balisé par nos aspirations personnelles et nos aptitudes réelles ou fantasmées. Ainsi, au carrefour d'une définition ontologique qui se décline dans une relation aux autres et les déterminismes familiaux et sociaux, l'homme se vit libre dans la mesure où conscient de la dépendance intrinsèque qui le fonde, il organise sa vie entre les choix qu'il peut assumer et les étayages dont il a besoin. Il y aurait une écologie envisageable pour un être qui ne serait plus uniquement réactif et dépossédé de lui-même par toute une pharmacopée censée endormir ses symptômes, voire augmenter artificiellement ses aptitudes ou encore modifier sa personnalité. Au lieu d'intensifier à coup d'engrais et de pesticides la culture d'une terre arable en train de s'appauvrir, pourquoi ne pas envisager une jachère? Pourquoi oublier qu'elle appartient à un environnement dont on doit préserver ou rétablir l'équilibre, conserver les forêts contre la désertification, choisir des cultures adaptées au terrain et aux besoins, dans un souci d'économie équilibrée de l'ensemble. Non pas rêver un idéal, mais envisager un moindre mal, se penser libre entre limites et contingences. Comme l'évoquent Marc Valeur et Jean-Claude Matyziak en reprenant les propos de Claude Olievenstein : « *La liberté n'est ni l'autisme ni le renoncement à toute forme de lien, mais au contraire le choix assumé de ces liens. Elle revient à disposer de suffisamment d'objets potentiellement addictifs - des centres d'intérêt suffisamment variés - pour que les dépendances "inévitables" soient les plus proches possibles du*

“choix libre“. *Le contraire de l’addiction n’est donc pas la liberté mais une “démocratie psychique“.* »¹

Il semble également important d’aborder la question de la responsabilité pour contrecarrer l’effet pervers signalé précédemment. L’individu est un être responsable certes, mais pas de tout. Le souci de sa responsabilité ne doit pas oblitérer celle de l’entreprise et plus largement de la société. La question politique sous-tendue par ce point doit réapparaître pour pouvoir soulager l’individu sommé de négocier avec brio toutes les difficultés qu’il rencontre, le changement semblant trop souvent se réduire à ses aspects les plus négatifs : « *Nous n’aurions plus que les méfaits du changement, méfaits que les mots « vulnérabilité », « fragilité » et « précarité » résument.* »² Se croire responsable, et donc autonome, c’est également faire fi des pressions sociales qui s’exercent constamment sur nous. Et l’autonomie dissimule trop souvent une autre réalité : celle d’une société qui refoule les problèmes qu’elle génère sur les individus. L’idée n’est pas de se rejeter la « faute », ni de se penser en victime, mais plutôt de raisonner en termes de complexité et de dynamique, pour ne pas multiplier les jugements négatifs de celui ou celle qui s’imagine en échec ou insuffisant. De plus, sommes-nous réellement libres et autonomes lorsque ce sont la société et l’entreprise qui nous enjoignent de l’être ? N’est-ce pas paradoxalement un asservissement à cette injonction que de se déclarer et de se vouloir tel ? La liberté ne s’offre pas en cadeau, elle se conquiert.

Par ailleurs, il semble important de poser la question du sacré, dont le terme est banni depuis la séparation de l’Eglise et de l’Etat et la mauvaise santé de Dieu. Pourtant, même si étymologiquement il se rapporte au divin, son acception seconde d’intouchable ou de profondément respectable semble être une dimension qui manque à nos contemporains. Et si Dieu n’était pas le seul à qui le terme pouvait se rapporter ? Peut-être est-ce une des raisons du succès rencontré par le développement personnel et le bouddhisme à l’heure actuelle, et par le développement des Alcools Anonymes, Narcotiques Anonymes, Al-Anon, etc. En dehors du fait que ces groupes construisent du lien, du soutien au quotidien, et proposent un programme en douze points sur un mode de conversion et de rédemption, « le divin tel que chacun le conçoit » en reste une valeur fondatrice. Cette formulation n’exclut pas l’athée, qui peut alors concevoir la vie ou certaines de ses valeurs éthiques comme relevant du sacré. Sans vouloir entrer dans le débat de l’existence ou non de dieu, nous pourrions plutôt penser spiritualité. Quelle valeur l’incroyant pourrait-il substituer en lieu et place d’un dieu et qui donnerait sens à sa vie ? Ne pas croire en dieu n’implique pas de ne croire en rien. Dans *Le Désir Malade*, les auteurs relèvent le besoin qu’a le désir de se nourrir spirituellement : « *Retourner au religieux pour atteindre la vérité de son désir : ce serait un peu le constat d’échec de la démarche freudienne, qui voulait délivrer les hommes de l’illusion religieuse, et l’on comprend bien l’hostilité de Freud envers les groupes d’abstinents. Mais la recherche de la vérité du désir ne peut se contenter d’une analyse décevante, tournée uniquement vers le passé, et comporte, religion ou non, une dimension spirituelle.* »³ Cette propension vient certainement également contrebalancer un discours très médicalisé et réinscrire la personne dans une

¹ Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude (2010), *Les nouvelles formes d’addiction*, Champs Essai, p. 103

² Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d’être soi*, Odile Jacob poche, p. 236

³ Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude (2011), *Le désir malade*, JC Lattès, p. 226/227

dimension qui la dépasse, mais qui, par ce dépassement même, est susceptible de la situer.

D'ailleurs, lorsque nous évoquions précédemment, cette figure paradoxale du champion sportif, à la fois individu lambda et à la fois dieu qui serait l'alpha et l'oméga de sa vie, nous sommes toujours dans un questionnement religieux, mais dans une relation qui s'est intériorisée. De la même manière, le peintre classique n'avait d'autre ambition dans sa peinture que de restituer au plus près la beauté de la Nature. Cette relation d'extériorité entre son œil, témoin sensible, et l'objet de la perfection de Dieu que la nature représentait, s'est totalement intériorisée avec la peinture moderne. L'artiste ne peint plus ce qu'il voit, mais ce qu'il ressent de ce qu'il voit, il peint ce qu'il voit à l'intérieur de lui. Il peint ce qu'il ressent de Dieu. C'est un mouvement qui tient du mouvement mystique, d'une subjectivité suprême qui, loin de gommer toute relation à Dieu, s'est déplacé à l'intérieur de l'être. Cette intériorisation du religieux a été trop rapidement considérée comme une disparition. Cependant, la question spirituelle n'a sans doute pas disparu, et nous devons certainement la repenser pour faire réapparaître le sens de cet aspect spirituel particulier de nos sociétés post-modernes.

Quoi qu'il en soit, penser le but de son existence, c'est convoquer les notions de sens et de désir là où l'on leur substitue le « *besoin ou la pulsion à consommer* », c'est interroger également, « *et qui sont difficiles à cerner de façon simple, [comme par ailleurs] la liberté ou le bonheur.* »¹

In fine, refouler Dieu et donc le salut, et se donner sa vie en réussite, conduit à la quête du bonheur sur terre.² Et peu à peu ce bonheur s'est imposé comme un dû. Mais comment définir ce bonheur autrement que par comparaison. L'autre en serait la mesure. Mon bonheur serait probant lorsque le journal égrène les malheurs des autres et absent lorsqu'un plus jeune, plus intelligent, plus beau que moi me tourmente avec sa réussite éclatante. Ainsi, n'ayant pas de limites aux possibles de ma vie, il me faut encore et toujours accomplir quelque chose qui la distinguera et la rendra digne d'avoir été vécue.³ Le bonheur, construction moderne, est la couronne censée venir coiffer notre réussite. Il serait l'étalon qui nous permet de mesurer la valeur des actions de nos vies, et comme l'écrivit Pascal Bruckner : « *Contrairement à un lieu commun inlassablement répété depuis Aristote (mais chez lui le terme avait un autre sens), il n'est pas vrai que nous recherchions tous le bonheur, valeur occidentale et historiquement datée. Il en est d'autres, la liberté, la justice, l'amour, l'amitié qui peuvent primer sur celle-là.* »⁴ Il va de soi, qu'il est tout à fait compréhensible de rechercher le bonheur, mais sans oublier qu'il est fugace, et que l'on doit lutter contre « *la transformation de ce sentiment fragile en véritable stupéfiant collectif auquel chacun devrait s'adonner sous les espèces chimiques, spirituelles, psychologiques,*

¹ Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude (2011), *Le désir malade*, JC Lattès, p. 223

² « *Le siècle des Lumières est celui de la raison, il est aussi celui du bonheur.* » in Ehrenberg Alain (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poche, p.37

³ « *L'enfer de nos contemporains s'appelle la platitude. Le paradis qu'ils recherchent la plénitude. Il y a ceux qui ont vécu et ceux qui ont duré.* » in Bruckner Pascal (2000), *L'euphorie perpétuelle*, Le Livre de Poche, p. 104

⁴ Bruckner Pascal (2000), *L'euphorie perpétuelle*, Le Livre de Poche, p. 18

informatiques, religieuses. »¹ L'amour de la vie ne peut se mesurer qu'à l'aune du sentiment de notre bonheur, à moins que ce dernier puisse se nourrir également des épisodes les plus malheureux qui jalonnent notre parcours, de l'ineffable plaisir d'être et de vivre.² Mais la plupart du temps, le bonheur est toujours à venir, dépendant d'une nouvelle conquête sur soi, d'une réussite ou d'un choix de vie, ce qui crée cette inflation du désir où l'on se demande toujours plus, au point d'exiger que les affronts de l'âge, pourtant naturels, soient combattus et notre psyché liftée autant que notre visage.

En fait, il en va de notre corps, comme de notre identité, nous les malmenons, trop occupés à répondre aux multiples demandes qui nous sont faites et à notre désir de courir plus vite que notre peur de l'échec. Le désir qui émane de ce travail est de créer une agora, un lieu de rassemblement, pour réfléchir aux questions fondamentales que nous nous posons tous, pour peu que l'on éteigne son téléviseur, que l'on ne se noie pas dans le travail, dans l'alcool, dans les médicaments ou dans le jeu : Qui suis-je ? Qu'est-ce que le bonheur ? Qu'est-ce que réussir ma vie ? Interroger qui je suis dans l'entreprise et ce qu'elle est dans le monde.

Mais un tel dessein peut-il prendre forme au sein de l'entreprise ?

¹ ibid

² « (...) *j'aime trop la vie pour ne vouloir qu'être heureux.* » in Bruckner Pascal (2000), *L'euphorie perpétuelle*, Le Livre de Poche, p. 19

ANALYSE CRITIQUE DE LA PROPOSITION

L'entreprise est-elle le lieu idéal pour développer une telle intervention ? Peut-elle se penser de façon critique sans redouter de venir nourrir une réflexion qui pourrait se retourner contre elle ? Même si l'on peut craindre la frilosité des Ressources Humaines, il y a en leur sein des forces vives qui savent que le bien-être des individus est la garantie d'une saine performance. Une organisation du travail éthique, soucieuse de l'épanouissement de ses collaborateurs et de leur santé, va répondre de façon adéquate aux difficultés rencontrées. D'ailleurs, l'entreprise n'ignore pas que les méfaits du mauvais stress lui coûtent cher en absentéisme ; elle y a donc un intérêt financier évident. D'autant que le champ des addictions reste encore trop souvent tabou.

Certains rétorqueront que cette proposition devrait se tenir en dehors de l'entreprise, ce qui reste par ailleurs possible. Elle peut tout à fait être envisagée dans le cadre d'une démarche personnelle, mais pour continuer notre analogie avec l'écologie, n'oublions pas que la culture biologique semblait vouée à l'échec économique, alors qu'à l'heure actuelle, nous assistons à son développement et à sa viabilité. Tout comme nous voyons émerger une nouvelle génération qui entreprend dans le domaine social et solidaire, et qui marie loi du marché et vision éthique.

De plus, le temps de l'entreprise peut-il se plier à celui d'une telle intervention, par nature réflexive et globale, qui impose un temps plus dilaté ? Le produit peut en effet paraître inadapté à un milieu professionnel soumis aux contingences, dont les soucis de productivité et d'efficacité vont sembler antinomiques avec l'esprit de la formation proposée. De plus, les demandes de formation exigent la plupart du temps un clair formatage, avec des messages synthétiques facilement mémorisables et, productivité oblige, dans un temps ramassé. Le produit peut donc sembler inadéquat, non plus cette fois dans le fond mais par la forme.

Il est possible également de reprocher à cette démarche un manque de pragmatisme. Une intervention qui utiliserait la maïeutique comme outil d'intervention contre les conduites dopantes, ne s'invaliderait-elle pas elle-même en n'apportant aucune réponse concrète mais, au contraire, en renvoyant ses propres questions à celui qui (s')interroge ? C'est pourtant toute la raison d'être de cette démarche qui peut paraître difficile à justifier, que d'en appeler à l'intelligence humaine et à la faculté qu'a chacun de se penser, et préparer de ce fait un terrain

créatif pour envisager des solutions adaptées et non formatées aux difficultés rencontrées.

De plus, comme nous l'avons vu dans l'histoire des addictions, il a fallu plus d'un siècle pour que décroisse le discours moral censé ramener à la raison les personnes dépendantes. Les représentations actuelles sont encore empreintes de ces jugements moraux qui s'expriment en termes de : faiblesse de caractère, manque de volonté, irresponsabilité, déchéance, laisser-aller, inconséquence, envie de (se) détruire, etc., lorsque j'interroge les stagiaires sur la figure de l'addict. Or, l'écologie peut également être vue comme le fer de lance d'un nouvel ordre moral. Il y aurait les sages tenants d'une gestion saine de nos ressources et les affreux mercantiles, les inconscients, les sans-scrupules qui les épuiseraient. Les adeptes de pratiques respectueuses du corps et de l'esprit et les usagers d'expédients chimiques. Ainsi, loin d'échapper à la morale, ses fondements s'énonçant tour à tour en bien ou mal, correct ou incorrect, en juste ou injuste, une réflexion binaire, malgré l'évolution des mentalités et des représentations, semble toujours présider à ses arrêts. Si la personne addictive n'est plus aujourd'hui vouée aux gémonies, elle reste cependant soumise aux regards bien-pensants et compassés de ses contemporains, la moralité ayant juste changé de critères.

...

BIBLIOGRAPHIE

- Bruckner Pascal** (2000), *L'euphorie perpétuelle*, Le Livre de Poche
- Cocteau Jean** (1930), *Opium*, Stock
- Dargelos Bertrand**, « Une spécialisation impossible » *L'émergence et les limites de la médicalisation de la lutte antialcoolique en France (1850 ? 1940)* », Actes de la recherche en sciences sociales, 2005/1 n° 156-157, p. 52-71. DOI : 10.3917/arss.156.0052
- Dejours Christophe** (2011). *Travail, usure mentale*, Nouvelle édition, Bayard
- Dugarin Jean & Nominé Patrice**. *Toxicomanie : historique et classifications*. In: *Histoire, économie et société*. 1988, 7e année, n°4. pp. 549-586. Doi : 10.3406/hes.1988.2395
- Dugarin Jean**, « *Adaptation du système de soin français en toxicomanie depuis 35 ans* », Psychotropes, 2008/1 Vol. 14, p. 9-20. DOI : 10.3917/psyt.141.0009
- Graf Michel & Rodrick Dwight** (pres.), *Congrès conduites dopantes : Les conduites dopantes au travail : de l'automédication à l'augmentation*. Congrès d'addiction Suisse (2010)
- Ehrenberg Alain** (1991), *Le culte de la performance*, Pluriel
- Ehrenberg Alain** (1996), *L'individu incertain*, Calmann-Lévy Essai
- Ehrenberg Alain** (1998), *La fatigue d'être soi*, Odile Jacob poches
- Fernandez L. & Sztulman H.** « Approche du concept d'addiction en psychopathologie. », *Ann. Méd. Psychol.* 1997, 155, n°4. P. 255
- Freud Sigmund** (2010), *L'avenir d'une illusion*, Petite bibliothèque Payot
- Freud Sigmund** (1929), *Le malaise dans la civilisation*, Point Essais (2010)
- Hautefeuille Michel** (2009), *Dopage et vie quotidienne*, Petite bibliothèque Payot
- Hautefeuille Michel** (2011), « *Dopage et monde du travail* » p. 608-624 in Toubiana Éric-Pierre (dir.), *Addictologie clinique*, PUF Quadrige
- Laure Patrick** (2004), *Histoire du dopage et des pratiques dopantes*, Vuibert
- Méda Dominique**, « Centralité du travail, plein emploi de qualité et développement humain », *Cités*, 2001/4 n° 8, p. 21-33. DOI : 10.3917/cite.008.0021
- Morel Alain** (dir.) (2012), *L'Aide-mémoire de la réduction des risques en addictologie*, Dunod
- Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude** (2011), *Le désir malade*, JC Lattès
- Valleur Marc & Matysiak Jean-Claude** (2010), *Les nouvelles formes d'addiction*, Champs Essai
- Valleur Marc & Velea Dan** (2002), « Les addictions sans drogue(s) », revue *Toxibase* n°6

ANNEXE

Liste des critères selon Aviel Goodman permettant de repérer une conduite addictive

A/ Impossibilité de résister aux impulsions à réaliser ce type de comportement.

B/ Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement.

C/ Plaisir ou soulagement pendant sa durée.

D/ Sensation de perte de contrôle pendant le comportement.

E/ Présence d'au moins cinq des neuf critères suivants :

1. Préoccupation fréquente au sujet du comportement ou de sa préparation.
2. Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaitées à l'origine.
3. Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement.
4. Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre, ou à s'en remettre.
5. Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, scolaires ou universitaires, familiales ou sociales.
6. Activités sociales, professionnelles ou récréatives majeures sacrifiées du fait du comportement.
7. Perpétuation du comportement bien que le sujet sache qu'il cause ou aggrave un

problème persistant ou récurrent d'ordre social, financier, psychologique ou physique.

8. Tolérance marquée : besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité.

9. Agitation ou irritabilité en cas d'impossibilité de s'adonner au comportement.

F/ Certains éléments du syndrome ont duré plus d'un mois ou se sont répétés pendant une période plus longue