

ECHO[®] CHUM

Troubles concomitants

Programme de télémentorat accrédité
par le DPC de l'Université de Montréal

Quand la cybergépendance et la santé mentale se
rencontrent: les défis pour l'intervention

28 février 2024

Valérie Van Mourik

Travailleuse sociale et clinicienne chercheure

CECTC Centre d'expertise
et de collaboration
en troubles concomitants



Déclaration de conflits d'intérêts réels ou potentiels

Nom du conférencier : Valérie Van Mourik

En relation ou non avec le contenu de cette activité, je n'ai eu au cours des deux dernières années, aucune affiliation, intérêts financiers ou de tout ordre avec une société à but lucratif. En travaillant pour l'Institut universitaire sur les dépendances, j'ai un mandat de formation et de transfert de connaissances donc toutes mes interventions/participations sont non rémunérées.

Les recherches auxquelles je collabore sont subventionnées par :

- Le Ministère de la santé et des services sociaux (MSSS)
- Fonds de recherche Société et Culture (FQRSC)



Déclaration de conflits d'intérêts réels ou potentiels

Nom du conférencier : Valérie Van Mourik

**Je n'ai aucun conflit d'intérêt réel ou potentiel
en lien ou non avec le contenu de cette présentation.**

Collaboratrices

Merci à mes collègues de l'équipe de recherche Virtu-A:

Magali Dufour, Ph.D., chercheure principale

Lucie Barubé

Catherine Gatineau

Christine Lavoie

Sylvie R. Gagnon

Ainsi qu'à mes collègues en CRD:

Geneviève Demers-Lessard, CIUSSS de la Capitale-Nationale

Joanie Landry, CISSS de Chaudière-Appalaches

Daniel Maurice, CISSS de Montérégie Ouest

Guylaine Sarrazin, CISSS de Montérégie Ouest

Et à mes collègues de l'IUD:

Axelle Moreau

Laurence D'Arcy



Intervention manualisée pour les jeunes de 15-25 ans aux prises avec une utilisation problématique d'Internet

Objectifs de la capsule de formation

Permettre aux partenaires de :

1

Identifier les troubles concomitants les plus communément associés à l'utilisation problématique d'Internet

2

Comprendre un enjeu clinique qui touche les personnes en suivi qui ont ce profil

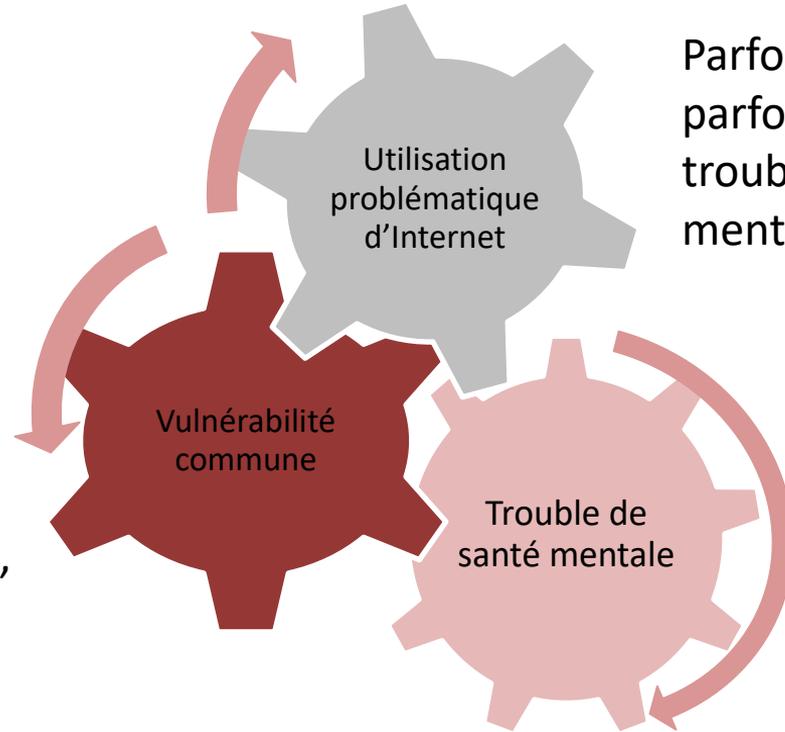
3

Connaître des stratégies pour réengager les personnes ambivalentes sur la voie du changement

Les troubles concomitants associés à l'UPI

Les facteurs de risque individuels

Ex: Adversité dans l'enfance, trouble d'attachement, TSPT, impulsivité, détresse



Parfois avant, parfois après le trouble de santé mentale

Utiliser l'évitement plutôt que la résolution de problèmes

Les troubles concomitants associés à l'UPI

- Dépression
- Anxiété (sociale ou généralisée)
- TDAH

Méta-analyse par Ho et al., (2014); Prizant-Passal et al., (2016) dans Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K et Potenza, M. N. (2016)

- TDAH : ennui, aversion pour le délai de gratification, moins d'auto-contrôle/plus d'impulsivité (médication aidante)
- Dépression: recherche de soutien, d'accomplissement, sentiment de contrôle, vulnérabilité en raison du dysfonctionnement de la sérotonine
- Anxiété sociale: combler les besoins sociaux sans interactions directes

Revue de littérature: Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S. et Chen, C. C. (2012).

Les troubles concomitants associés à l'UPI

Profil clinique en CRD au Québec

Résultats de l'étude « Tableau clinique des personnes cyberdépendantes demandant des services dans les centres publics de réadaptation au Québec»

Dufour, M., Nadeau, L., Gagnon, S.R. (2014)

8 CRD – 57 participants âgés de 18 ans et +

Résultats de l'étude « L'évaluation des adolescents cyberdépendants dans les centres de réadaptation en dépendance au Québec: VIRTUADO»

Dufour, M., Nadeau, L., Gagnon, S.R. (2017)

14 centres de traitement- 80 participants 14-17 ans

Les troubles concomitants associés à l'UPI

% adultes	Problèmes de santé physiques et psychologiques	% jeunes
15,8%	Ont une dépendance ou une consommation problématique associée (alcool, drogues, jeu)	27,5%
	Problèmes de sommeil	72,5%
49%	Ont consulté au cours des derniers mois en clinique externe pour troubles anxieux, troubles de l'humeur, troubles de la personnalité, phobie, TDAH	68,8% (Hospitalisation 15,4%)
46%	Font usage de médication pour ces troubles	44% TDA(H) 40%
33%	Souffrent d'un problème de santé chronique et invalidant et il semblerait que cela ait eu un impact sur les problèmes liés à l'utilisation d'Internet	17,7%
12%	Ont présenté des pensées suicidaires au cours des 12 derniers mois (comparativement à 4% dans la société)	16,7% I.S 10,4% T.S

Un trouble transitoire ou persistant?

Pour plusieurs l'utilisation problématique sera transitoire, une panne au niveau développemental : le temps de prendre une pause, un recul, de développer certaines habiletés ou leur confiance.

Pour d'autres le train est en train de passer et ils restent en gare, n'accomplissant pas leurs tâches développementales vers l'autonomie : ils accumulent une « dette de temps »

- Voient les bienfaits, les méfaits sont à plus long terme
- Peur de l'échec, restent dans leur zone de confort
- Évaluation négative de leur capacité à changer
- Faible sentiment d'efficacité personnelle
- Amotivation associée aux activités hors ligne



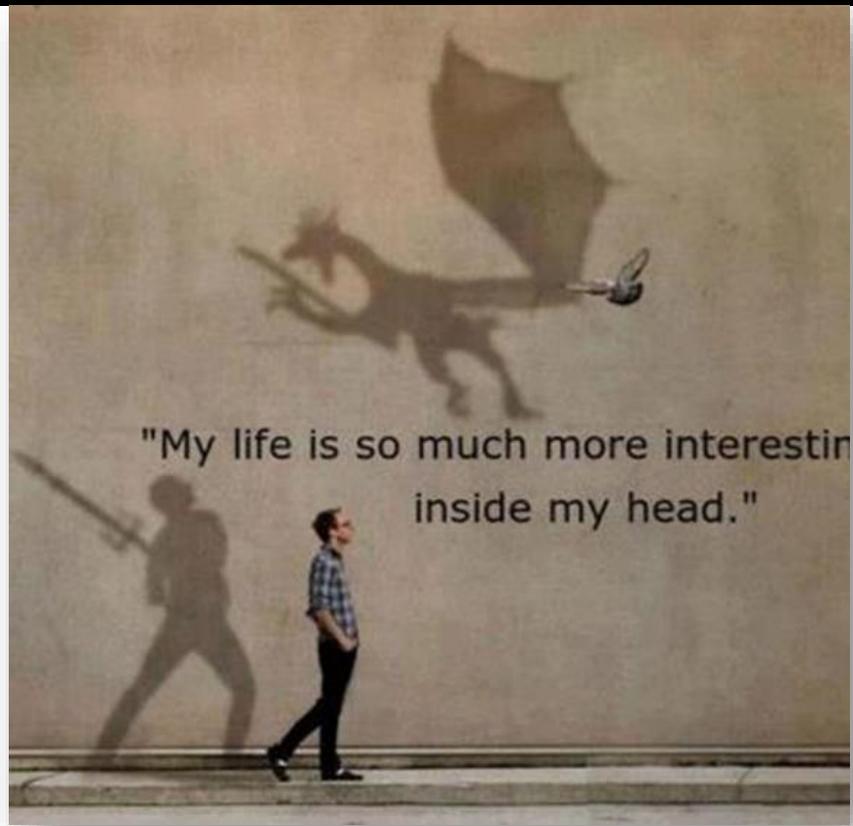
Les défis pour l'intervenant

« Je ne suis pas bien, mais je ne suis pas mal »

Risque de banaliser cet usage : comparativement à la consommation ça ne coûte pas cher, les méfaits tardent à se faire sentir.

Risque de fermer l'épisode de service surtout quand on a des personnes en suivi qui sont dans l'agir (surdoses, intoxication aigue, tentatives de suicide).

Risque de tomber dans une posture d'impuissance, surtout si la personne est peu en contact avec ses affects ou qu'elle a peu de « présence à soi ».



L'exemple de Yannick

N'a actuellement aucun suivi pour son TOC ou sa dépression et il ne prend pas de médication (« ça affecte mon esprit, ça me rend somnolent, je n'aime pas ça »). Il ressent une apathie.

Le suivi en CRD s'est terminé il y a trois ans : il y a peu de changements en lien avec l'utilisation des écrans.

Les jeux, les séries télé et la lecture lui permettent de se divertir et de combattre la dépression.

Il voit des améliorations: il entretient mieux son appartement et il se fait à manger à tous les jours.

Sa santé se détériore: inactivité, prise de poids et douleurs au dos.

Ne parle pas à sa famille ou son ami de ses difficultés parce que c'est déprimant.

Il a l'impression de tourner en rond, mais en même temps il y a un certain confort dans la situation.

Son souhait: entreprendre du bénévolat ou une activité communautaire pour briser l'isolement.

« Je manque d'autonomie, j'ai besoin d'accompagnement »

« J'ai un peu honte... »

Comment réengager les UPI sur la voie du changement?

Envisager des stratégies compensatoires en attendant les stratégies de substitution.

Faire des interventions motivationnelles : retour sur les raisons de consultation et sur les bienfaits envisagés en lien avec la modification des habitudes d'utilisation des écrans, valider que le changement peut engendrer de l'inconfort et souligner le moindre petit changement qui rapproche de ce qui est important pour la personne.

Favoriser l'activation comportementale par l'engagement dans des activités qui procurent un sentiment de plaisir ou qui favorisent le rétablissement. Comparer certaines activités en ligne et hors ligne : faire une grille d'auto-observation du plaisir ressenti (0-10) et de ses émotions. Identifier comment augmenter le plaisir.

Référer vers la réinsertion sociale : accompagnement vers des activités hors ligne ou qui permettent de développer des compétences.

Soutenir l'estime de soi en identifiant les habiletés ou les expériences en ligne qui peuvent être mises en lumière et éventuellement transposées dans des situations hors ligne.

Comment les réengager sur la voie du changement?

Explorer les pensées qui maintiennent l'immobilisme: prendre conscience de certaines croyances qui sont verbalisées (ex: « je ne trouve ma place nulle part, il n'y a qu'en ligne où je me sens compris et accepté »).

Accompagner la personne à identifier les besoins qui sont comblés par l'usage des écrans et à voir comment elle peut répondre autrement à ces besoins.

Envisager les rencontres téléphoniques ou par Teams pour un temps pré-défini si ça permet d'éviter les absences ou les retards.

Références

1. Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2016) Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71, 252-266.
<https://doi.org/10.1016/J.NEUBIOREV.2016.08.033>
2. Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors : Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 104, 110. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>
3. Casale, S., Caplan, S., Fioravanti, G. (2016). Positive metacognitions about Internet use: The mediating role in the relationship between emotional dysregulation and problematic use, *Addictive Behaviors*, 59, Pages 84-88, ISSN 0306-4603, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460316301162>
4. Dethier, M., Kreusch, F., Krings, A. et al. (2020) L'AUTO Observation des Activités Quotidiennes s'accompagne-t-elle d'une Amélioration de la Symptomatologie Dépressive ? *Revue francophone de la clinique comportementale et cognitive*.

Références

5. Dufour, M., Gagnon, S.R., Nadeau, L., Légaré, A-A (2017) *L'Évaluation de la cyberdépendance chez les adolescents: Virtuado* dans Adolescents dépendants ou à risque de le devenir. Pratiques d'intervention prometteuses. P.253-273. Collections toxicomanies. PUL
6. Dufour, M., Nadeau, L., Gagnon, S.R., Trudeau-Guévin, L., Légaré, A.-A. et Laverdière, E. (2017). *L'évaluation des adolescents cyberdépendants dans les Centres de réadaptation en dépendance au Québec : VIRTUADO*. Rapport de recherche
7. Dufour, M., Nadeau, L., Gagnon, S.R. (2014) Tableau clinique des personnes cyberdépendantes demandant des services dans les centres publics de réadaptation en dépendance au Québec: étude exploratoire *Santé mentale au Québec*, XXXIX, no2. p.149-168
8. Gioia, F., Rega, V., Boursier, V. (2021). Problematic Internet use and emotional dysregulation among young people: A literature review. *Clinical Neuropsychiatry*, 18(1), 41-54.doi.org/10.36131/cnfioritieditore20210104
9. Ho, R.C., Zhang, M.W.B., Tsang, T.Y., Toh, A.H., Pan, F., Lu, Y., Mak, K.-K., (2014) The association between internet addiction and psychiatric co-morbidity: a meta-analysis. *BMC Psychiatry* 14, 183, <http://dx.doi.org/10.1186/1471-244X-14-183>.
10. Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in human behavior*, 31, 351-354.

Références

11. Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S. et Chen, C. C. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. *European Psychiatry*, 27(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2010.04.011>
12. Kuss, J.D. et Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic internet use: A systematic review of clinical research, *World Journal Psychiatry*, 6, 143-176.
13. Lavoie, C., Dufour, M., Berbiche, D., Therriault, D. et Lane, J. (2023). The relationship between problematic internet use and anxiety disorder symptoms in youth: Specificity of the type of application and gender. *Computers in Human Behavior*, 140. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107604>
14. Nadeau, L., Acier, D., Kern, L. Nadeau, C-L. (2012) La cyberdépendance: État des connaissances, manifestations et pistes d'intervention, Centre Dollard-Cormier [http://www.santecom.qc.ca/bibliNadeau, L., Acier, D., Kern, L. Nadeau, C-L. \(2012\) La cyberdépendance: État des connaissances, manifestations et pistes d'intervention, Centre Dollard-Cormier](http://www.santecom.qc.ca/bibliNadeau,L.,Acier,D.,Kern,L.Nadeau,C-L.(2012)La%20cyberd%C3%A9pendance:%20%C3%89tat%20des%20connaissances,%20manifestations%20et%20pistes%20d%27intervention,%20Centre%20Dollard-Cormier) <http://www.santecom.qc.ca/bibliothequevirtuelle/CDC/9782981090324.pdf>
15. Romo, L., Bioulac, S., Kern, L., Grégory, M. (2012) La dépendance aux jeux video et à Internet, Dunod, 244p

QUESTIONS? COMMENTAIRES?

CECTC Centre d'expertise
et de collaboration
en troubles concomitants



MERCI!

Pour information :
echo.tc.jeunesse.cectc.chum@ssss.gouv.qc.ca

Visitez notre site :
<https://ruissss.umontreal.ca/cectc>

CECTC Centre d'expertise
et de collaboration
en troubles concomitants

