

DOSSIER PÉDAGOGIQUE

ESPACE
MENDES
FRANCE
POITIERS

Du 9 avril 2014 au 4 janvier 2015

EXPOSITION
CONFÉRENCES - ANIMATIONS

+ d'infos sur emf.fr | Tél. 05 49 50 33 08



cerveau & addictions

Présentation de la structure :



Missions de l'Espace Mendès France :

L'Espace Mendès France doit son origine à des chercheurs de l'université de Poitiers, militants de l'éducation populaire, qui, à la fin des années 1970, sont allés à la rencontre des habitants, dans la rue, pour débattre de sujets scientifiques et démontrer, « manip » à l'appui, que la science pouvait être accessible, voire réjouissante.

L'Espace Mendès France est l'un des centres de culture scientifique, technique et industrielle les plus actifs de France, et est reconnu pour la qualité et la diversité de ses activités. Il affiche trois missions :

- populariser la recherche, ses résultats et ses métiers,
- éduquer aux sciences et aux techniques,
- entretenir les débats sur les enjeux sociaux et culturels.

Les actions sont menées en partenariat avec l'université, les grands organismes de recherche, une myriade d'associations et de structures, et avec le soutien de la ville de Poitiers, de la région Poitou-Charentes et des ministères de l'éducation nationale, de la recherche et de la culture.

Horaires d'ouverture de l'exposition :

Pour les groupes, sur réservation, une semaine à l'avance :

- du mardi au vendredi de 9h à 18h30,
- les week-ends de 14h à 18h30.

Un service éducatif est à la disposition des enseignants.

Activités :

Une visite de l'exposition d'une durée d'une heure trente, accompagnée d'un animateur scientifique.

Un animateur est prévu pour un groupe. La visite est possible pour la classe entière. Cependant, pour des effectifs importants, nous vous recommandons de réserver deux créneaux d'exposition pour séparer votre groupe en deux.

Une autre activité peut venir compléter votre visite à l'Espace Mendès France : spectacle du Planétarium, Atelier scientifique (voir plus loin les ateliers se rapprochant du thème de l'exposition), École de l'ADN, Espace Culture Multimédia, Espace des Métiers...

Informations et réservation :

Par téléphone, au 05 49 50 33 08 ou fax au 05 49 41 38 56.

Les visites pour les groupes se font sur réservation, minimum une semaine à l'avance.

Pour préparer la visite de sa classe avec un animateur, l'enseignant bénéficie d'une entrée gratuite du mardi au vendredi.

Contactez l'équipe des animateurs pour un complément pédagogique :

antoine.vedel@emf.fr ou stephanie.auvray@emf.fr

Espace Mendès France
1, place de la Cathédrale
CS 80964 – 86038 POITIERS CEDEX

N'hésitez pas à visiter notre site Internet : www.emf.fr

Lors d'accueil de groupe, nous pouvons accueillir jusqu'à 25 personnes. Au-delà de cet effectif, vous devrez demander un deuxième animateur pour un même créneau horaire. Mais quoi qu'il soit, pour des raisons de sécurité, nous ne pouvons pas accueillir plus de 35 personnes sur un même créneau horaire.

Consignes aux accompagnateurs d'un groupe :

- Il est interdit de prendre des photographies de l'exposition ou de filmer.
- A votre arrivée, précisez à l'animateur (trice) si vous avez des impératifs horaires (bus, déjeuner,...)
- Si votre groupe fait l'objet d'un travail en aval ou en amont de la visite cette exposition, n'hésitez pas à en faire part à l'animateur (trice) pour qu'il (elle) fasse référence à ce travail dans son discours.

Présentation de l'exposition :

La visite de l'exposition s'effectue avec un animateur. Grâce à lui, les informations contenues dans les panneaux d'information, les applications multimédias et les maquettes qui constituent l'exposition, sont accessibles aux visiteurs selon leur niveau de connaissance.

Pour commencer, grâce à un jeu de questions-réponses, le visiteur, individuel ou en groupe, est amené à se questionner sur ses représentations de l'addiction.

CERVEAU ADOLESCENT ET ADDICTIONS

L'adolescence est une période critique, parfois émaillée de conduites à risque, durant laquelle peut se développer une vulnérabilité aux pratiques addictives, qu'elles concernent les drogues, mais aussi les comportements addictifs comme la cyberdépendance (notamment les jeux vidéo).

COMMENT ÇA MARCHE ?

Les drogues agissent sur le cerveau, principalement en perturbant le circuit de la récompense et en libérant une grande quantité de dopamine.

« Le circuit de la récompense : du cerveau aux neurones » : pour comprendre le fonctionnement de ce circuit de la récompense : sa situation dans le cerveau, son mode de fonctionnement, celui des neurones...

ADDICTION A QUOI ?

Le pouvoir addictogène d'un produit, c'est sa capacité à provoquer une dépendance physique ou psychique. Le terme de produit désigne une substance psychoactive (ou psychotrope), c'est à dire une substance qui agit sur le système nerveux central et modifie le comportement.

Les effets des produits peuvent varier en fonction de la dose ingérée, du mode de consommation, de l'état de moral ou de santé au moment de la prise et des associations de plusieurs produits.

Mais l'objet de l'addiction n'est pas toujours une substance psychoactive, alcool, tabac ou drogues. Certains comportements peuvent recréer chez certaines personnes l'effet psychostimulant et de « recherche du plaisir » : jeux d'argent, internet, le sport, le travail, le sexe...

POURQUOI PRENDRE DE LA DROGUE ?

Par curiosité - Pour faire comme les autres - Pour se sentir bien - Pour se sentir mieux

De nombreuses personnes expérimentent les drogues, mais seules 5 à 30% d'entre elles deviennent dépendantes. Le passage d'une prise de drogue contrôlée à une prise compulsive est le résultat d'interactions complexes entre plusieurs facteurs liés à un individu, aux effets de la drogue et à l'environnement.

COMMENT S'EN SORTIR ?

Comme d'autres maladies chroniques, l'addiction peut être gérée avec succès et il existe différents parcours pour se dégager d'une problématique de dépendance et reprendre en main le contrôle de sa vie. Les meilleurs résultats sont obtenus par la combinaison des soutiens psychothérapeutiques et des traitements médicamenteux.

LES SUPPORTS DE L'EXPOSITION

Application multimédia : « Le circuit de la récompense : du cerveau aux neurones »

Maquette « Plaisir et cerveau »

Maquette « Les chemins de l'addiction »

Maquette « Attention aux tensions »

Vidéo « Plaisir et addiction »

Panneaux

- P1 – Perte de contrôle
- P2 – Eléments d'histoire
- P3 - Cerveau adolescent et addictions
- P4 et P5 – Le circuit de la récompense : du cerveau aux neurones
- P6 – Pouvoir addictogène des produits
- P7 – Les effets par produit
- P8 – Les addictions sans produit
- P9 – Pourquoi ? Quelles conséquences ?
- P10 – Comment s'en sortir ?
- P11 - La recherche en thérapie comportementale

P12 - Equipe de recherche « Neurobiologie et neuropharmacologie de l'addiction »

P13 à P15 – Panneaux métiers en partenariat avec l'ONISEP

Conception :

Cette exposition a été réalisée par l'Espace Mendès France grâce à notre comité scientifique : le laboratoire de Neurosciences expérimentales et cliniques (LNEC) INSERM U-1084, université de Poitiers, le CHU de Poitiers, le centre hospitalier Henri Laborit, le Réseau addiction Poitou-Charentes, le CSAPA le tourniquet, l'ISATIS (Institut spécialisé adolescence toxicomanie information santé), le CSAPA – CIPAT (Centre de Soins, d'accompagnement et de prévention en Addictologie – Centre d'information et de Prévention « Alcoolisme et Toxicomanie »), l'ANPAA (Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie), et l'ONISEP Poitou-Charentes.

Les contenus de l'exposition ont été validés par ce comité scientifique.

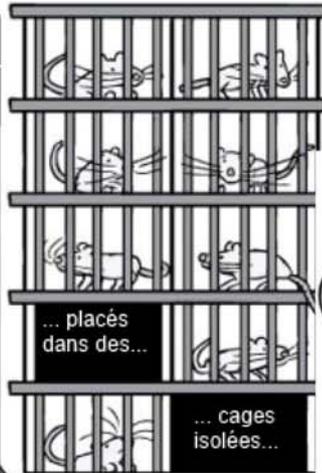
Démarche pédagogique :

Echanger, réfléchir et manipuler pour comprendre, une méthode d'apprentissage des sciences basée sur le questionnement et la diversité de supports pédagogiques.

Dans la mesure du possible, l'animateur ne livre pas les informations directement au public. Il décortique la démarche de raisonnement. Il amène ainsi le visiteur à se poser les bonnes questions pour arriver à la compréhension de l'information.

Dans les années 50, les scientifiques ont démontré l'addiction à une substance chimique par des expérimentations sur des rats

Les rats ont été reliés chirurgicalement à un dispositif d'auto-injection...



... placés dans des...

... cages isolées...



... et on leur a appris à s'autoadministrer une drogue en actionnant un levier dans la cage.

Les chercheurs ont observé les rats dans les cages s'injectant de puissantes drogues psychoactives



1) Que cherchaient à comprendre les scientifiques lorsqu'ils ont mis en place cette expérience ?

2) Quel a été le résultat de l'expérience ?

3) Que peut-on en conclure ?

Dominés par leurs habitudes, certains rats préférèrent la drogue à l'eau et la nourriture



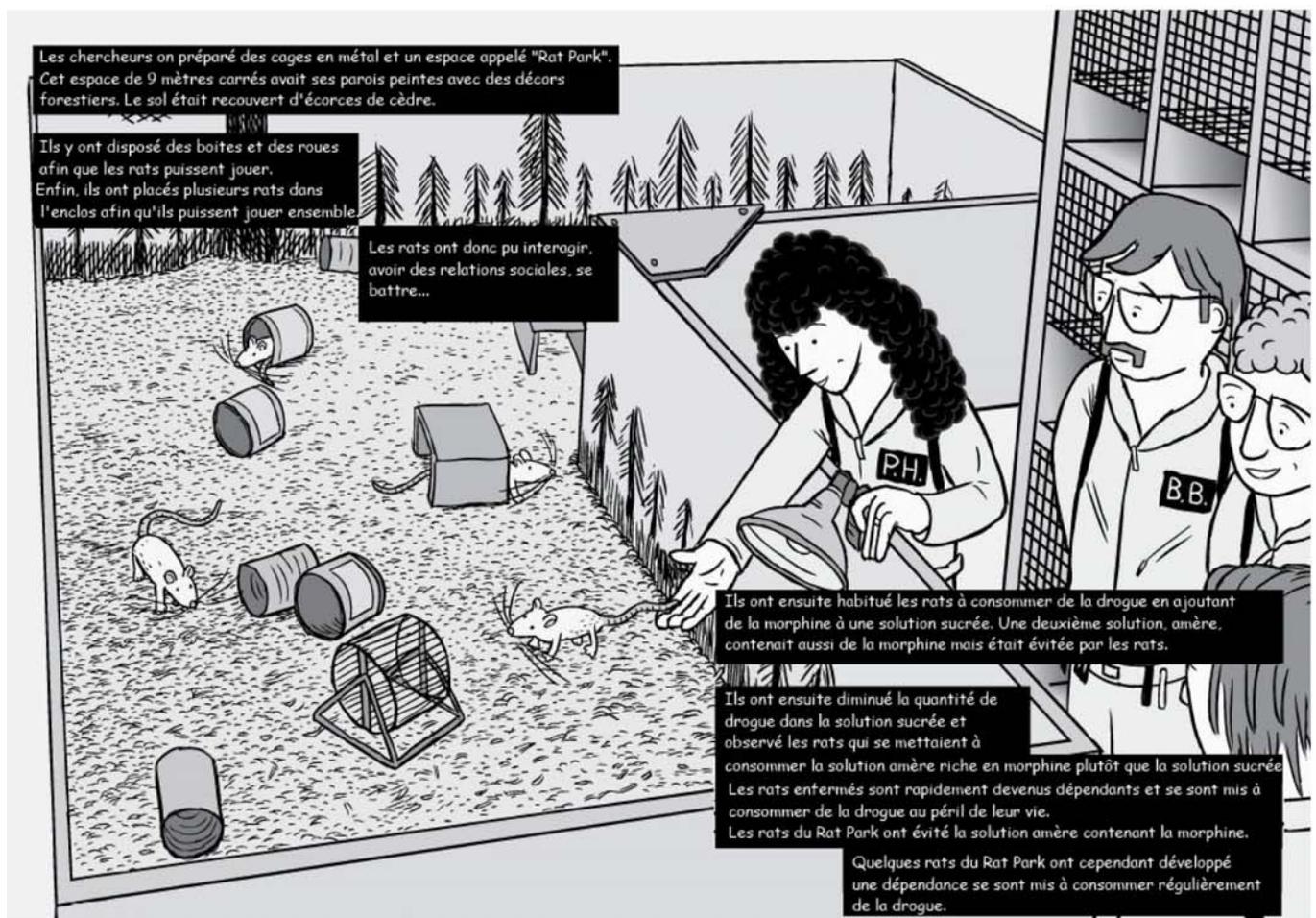
Et finirent par mourir

4) Quelle critique peut-on faire de ce modèle expérimental ?

Source : <http://www.stuartmcmillen.com> (site en anglais)

Suite à cette première série d'expériences, les chercheurs ont conclu que les drogues pouvaient faire perdre tout self-contrôle à l'individu et que si on laissait un libre accès aux drogues aux individus, cela engendrerait un fort taux de dépendance et une crise sociale majeure.

Un autre scientifique, Bruce Alexander, remet en question ces résultats. Il se demanda s'il était pertinent de tirer des conclusions d'expérimentations menées sur des rats isolés dans des cages et si ce modèle était transposable à l'homme. Il se demanda si lui même se réfugierait dans la consommation de drogue si on l'enfermait dans une cage sans autre option que l'autoinjection. Il tenta donc, en 1977, une nouvelle série d'expériences.



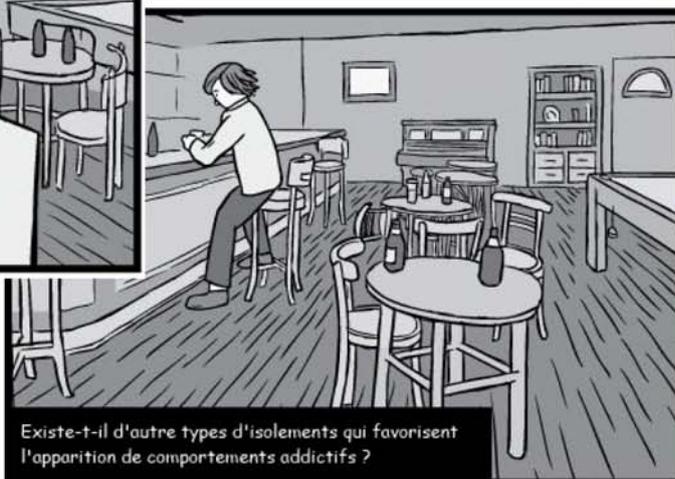
- 1) Pourquoi les chercheurs ont-ils placés les rats dans différentes conditions ?
- 2) Quels sont les résultats obtenus ?
- 3) Quels facteurs semblent influencer la sensibilité à une drogue et le risque de devenir dépendant ?

Source : <http://www.stuartmcmillen.com> (site en anglais)

A l'issu de ces expériences, des questions restent en suspent.
Pourquoi et comment l'enfermement pousse-t-il les rats à se perdre
dans la consommation de drogues ?

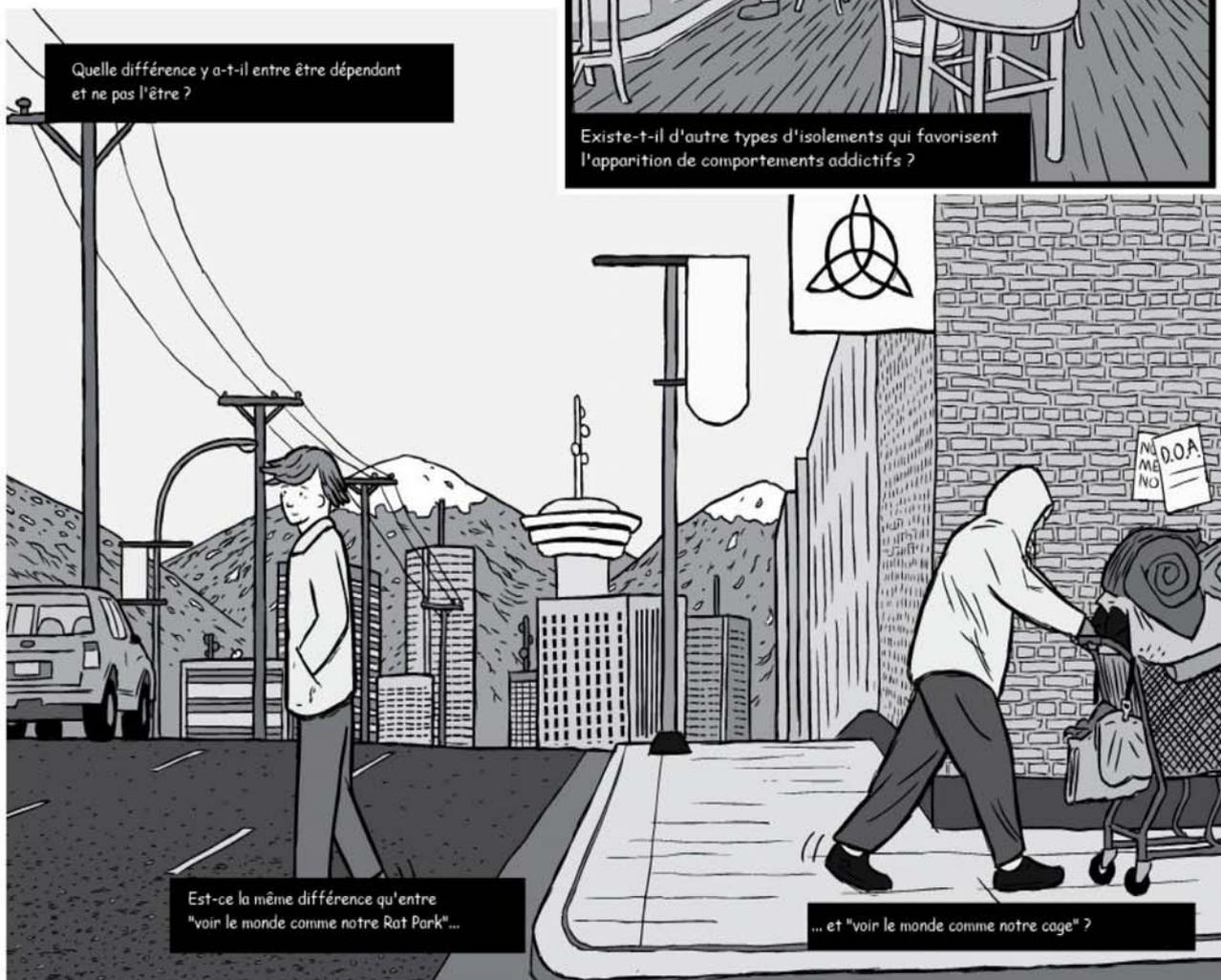


Les êtres humains doivent-ils être enfermés
dans une cage pour s'engager dans la même voie ?



Existe-t-il d'autres types d'isolements qui favorisent
l'apparition de comportements addictifs ?

Quelle différence y a-t-il entre être dépendant
et ne pas l'être ?



Est-ce la même différence qu'entre
"voir le monde comme notre Rat Park"...

... et "voir le monde comme notre cage" ?

Source : <http://www.stuartmcmillen.com> (site en anglais)

"Mon mari est accro aux jeux vidéo. Dès qu'il rentre du travail, son premier réflexe est d'allumer la console de jeu, et d'y jouer. Les week-ends, il y passe la journée entière. Je suis actuellement enceinte. Tout ce qui compte pour lui, ce sont les détails futiles de son jeu. Il ne s'intéresse pas à notre futur enfant. Après avoir joué, il est fatigué et se rue vers le lit. Il n'a plus aucune discussion sauf pendant le dîner. Lorsque je lui en parle, il ne joue plus. Comme il ne joue plus, il devient dépressif. Parler avec lui ne change en rien notre relation, ni ne l'améliore. Je ne sais plus comment faire ..."

"J'ai fumé ma première cigarette à douze ans, pour arriver à un paquet et demi à vingt-trois ans. J'avais le sentiment qu'arrêter de fumer serait vraiment au-delà de mes capacités. Et puis j'ai juré à mon jeune beau-frère d'arrêter. Je n'ai pas fumé depuis six mois (à part une taffe mais une seule, de colère...) et je suis très fière de moi. J'ai arrêté avec des patches. J'ai dû prendre des anxiolytiques et un antidépresseur durant un mois. Et puis j'ai arrêté tout médicament, toute aide extérieure. J'ai affronté mes colères (monstrueuses !), mes angoisses et toutes mes émotions : j'ai appris à vivre avec. "

"Je suis obsédé par Internet le jour comme la nuit. Je ne peux pas m'empêcher de me connecter pour mes emails ou pour tout un tas de choses comme surfer des heures entières ou chatter avec les internautes. Au point de ne plus sortir de chez moi ou de ne quasi plus dormir. Internet a une place importante pour moi car il me permet de me libérer de ma journée et de nouer des contacts avec de nombreuses personnes sans les connaître alors que j'ai la discussion difficile dans ma vie sociale quotidienne. Je suis cyberdépendant et je l'assume pleinement."

" C'était facile pour une première fois . Trop facile . Une latte , juste une . Puis t'enchaînes , tu finis ton premier joint comme un coca sur une terrasse en été . Les effets tu ne les sens pas immédiatement , et c'est encore mieux ! Tu sens ton corps fondre , ton esprit prend une vision des choses très différentes . Tu ris pour rien , tu pleures pour rien et tu penses à des choses existentielles . Tu pars dans ton trip aussi vite que le mur du son ... Tu te sens différente , vivante mais d'une autre manière , tu planes . Plus c'est long et mieux c'est . Parfois tu tombes de fatigue avant même de ressentir les gros effets , mais ce n'est pas grave t'as la journée pour recommencer . Le pire dans tout ça ce n'est pas la descente , mais de savoir qu'il ne t'en reste plus beaucoup. Alors tu crées ton propre cercle , t'achètes , tu testes , te revends ou pas , tu te poses et la routine reprends. Même clients , came de qualité , l'argent rentre et sort aussi vite, pour ta propre conso . C'est là que tu te rends compte à quel point tout s'accélère de plus en plus vite. Et dire que tu avais commencé par un petit joint , histoire de connaître ses effets , et maintenant t'enchaînes les dix, voire quinze la journée . Tu crois tout gérer , mais tu t'enfonces seul dans ce bordel . Et t'es le seul à pouvoir en sortir ..."

- 1) Pour chaque témoignage, indiquez quel est la source de l'addiction.**
- 2) Relevez dans chaque texte des termes qui montrent que l'individu est dépendant.**
- 3) Quels sont les points communs, dans ces témoignages, qui vous permettraient de donner une définition de ce qu'est l'addiction.**

Bindge drinking, Neknomination et addiction à l'alcool

Le "*Bindge Drinking*" est une absorption massive et rapide d'alcool. Cette pratique de groupe est encouragée, à titre de défi, sur des réseaux sociaux où des adolescents se filment avalant rapidement une grande quantité d'alcool (*Neknomination*). Outre le risque de coma et de mort lié à de telles pratiques, quels sont les effets à long terme d'une consommation excessive d'alcool à l'adolescence ?

L'équipe Mickaël Naassila, chercheur à l'Inserm, a exposé des rats adolescents (soit 30 à 40 jours après leur naissance) à des intoxications massives et répétées d'alcool : une alcoolémie de 3g/l, une fois par jour pendant deux jours, puis tous les deux jours sur deux semaines. Soit un niveau de consommation comparable à ce que l'on retrouve parfois chez les ados qui arrivent aux urgences pour intoxication éthylique.

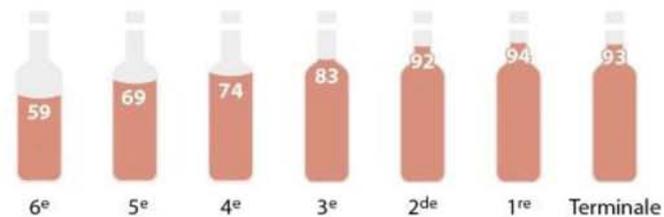
Résultats : quand ils sont exposés à l'alcool de façon précoce (l'équivalent de 12-13 ans chez les humains), les rats en consomment plus que les autres à l'âge adulte jusqu'à préférer un biberon contenant de l'alcool au biberon contenant seulement de l'eau ! Et ce, alors même que cette souche de rats "ne présente initialement qu'une très faible appétence pour l'alcool". Pis, lorsqu'il leur faut effectuer un "travail" (en l'occurrence, appuyer sur un levier) pour en obtenir, les rats préalablement exposés appuient deux fois plus que les rats témoins.

Il s'agit bien là d'une vulnérabilité spécifique à l'alcool, puisque ce phénomène ne se reproduit pas avec le sucre, qui est pourtant une substance très prisée par cet animal.

- 1°) *Quel est l'objectif de l'expérience présentée ?*
- 2°) *On parle ici de rats témoins : qu'entend-on par là ?*
- 3°) *Pourquoi a-t-on réitéré l'expérience avec du sucre à la place de l'alcool ?*
- 4°) *Aux vues des résultats obtenus, quels arguments permettent de penser que la consommation précoce d'alcool est dangereuse de façon durable ?*
- 5°) *Quel est le risque chez l'adulte ayant consommé de l'alcool adolescent ?*

Alcool : les jeunes boivent dès le collège

Élèves ayant déjà bu de l'alcool, en %



Élèves ayant déjà été ivres, en %



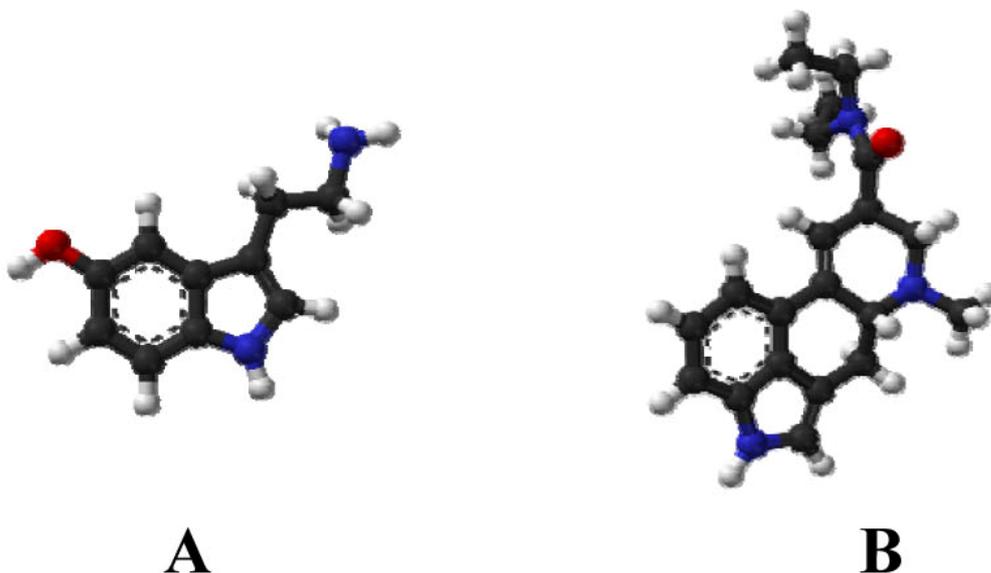
Quelques chiffres récents
(Insitut de veille
sanitaire, BEH,
07/05/2013) :

La perception repose sur la transmission de messages nerveux de nature électrique entre neurones, au niveau de synapses, par l'intermédiaire de substances chimiques : les neurotransmetteurs.

La sérotonine est, en outre, un neurotransmetteur qui permet, de transmettre l'information visuelle entre la rétine et le cortex visuel.

Le **LSD** est le plus puissant hallucinogène connu.

Ces deux représentations correspondent à la molécule de LSD pour l'une et la molécule de sérotonine pour l'autre



La molécule de sérotonine a pour formule brute $C_{10}H_{12}N_2O$.

1. Combien d'atomes composent, d'après cette formule brute, la molécule de sérotonine ?
2. Quelle représentation correspond à la molécule de sérotonine ?
3. Quelles sont les familles d'atomes présentes dans la molécule de sérotonine ?
4. Indiquer le nombre d'atomes de chaque famille d'atomes qui composent la molécule de sérotonine.
5. Quelles couleurs ont été utilisées pour modéliser chaque famille d'atomes présente dans la molécule de sérotonine ?
6. Quelle est la formule brute de la molécule de LSD ?

La molécule de LSD présente une partie commune avec la sérotonine. La molécule de LSD peut se fixer sur les récepteurs spécifiques à la sérotonine grâce à sa partie commune, et ainsi perturber le fonctionnement de la vision.

1. Repérer sur les représentations A et B les parties communes aux deux molécules.
2. Comment peut-on expliquer que le LSD soit une substance hallucinogène ?

Bibliographie

PERIODIQUES

« **Jeux vidéo, jeux d'argent, sexe, travail : des addictions comme les autres ?** », *Science & Santé*, n°19, mars-avril 2014

« **Addictions : peut-on vivre sans ?** », *Le cercle psy*, n°8, mars-avril-mai 2013

Dossier « Les addictions : comment s'en sortir ? », *Cerveau & Psycho*, n° 60, novembre-décembre 2013

« **Qui sont les ados ?** », *L'essentiel Cerveau & psycho*, août-octobre 2013, n° 15

« **Addictions** », *Les dossiers de La Recherche*, n°6, oct-nov 2013

« **Quand le cerveau est accro** », *CNRS, le journal*, n° 265, mars-avril 2012

« **Tous accros ?** », *Sciences Humaines*, n° 231, novembre 2011

« **les 5 ages du cerveau** », *Sciences et avenir*, février 2010

Dossier « pourquoi le cerveau devient dépendant », *La Recherche*, n° 417, mars 2008

OUVRAGES

Tous addicts ! : mécanismes du plaisir et de la dépendance / LINDEN, David J.- Paris : La Martinière, 2013.- 264 p..

Sur un ton humoristique, cette étude montre comment la recherche du plaisir peut conduire à l'addiction, en décryptant les mécanismes complexes du cerveau. Illustrée d'exemples vécus et d'études de cas, elle permet de reconnaître les symptômes addictifs, du mensonge à la négociation.

Crus et cuites : histoire du buveur / NOURRISSON, Didier.- Paris : Perrin, 2013.- 386 p.- (Pour l'histoire).- Bibliogr..

Une histoire de la France à travers les boissons depuis 2.000 ans. L'auteur détaille les mots du boire et les gestes du buveur, quel que soit le lieu (du cabaret au café, du domicile à la rue), la classe sociale, la profession, le sexe ou l'âge.

Promis, demain j'arrête ! : sexe, alcool, jeux et autres dépendances... : quand l'addiction prend les commandes / BENYAMINA, Amine ; SAMITIER, Marie-Pierre.- M. Lafon, 2013.- 284 p.- Bibliogr..

A partir de témoignages, le psychiatre addictologue et la journaliste examinent les addictions et leurs processus, ce qui les provoque et les moyens de les vaincre. Elles prennent aussi en compte les nouvelles formes de dépendance : téléphone portable, télévision, jeux vidéo, achats compulsifs, etc.

Accro / KARILA, Laurent ; BENHAIEM, Annabel.- Flammarion, 2013.- (335 p.).- Bibliogr..
Écrit par un spécialiste des addictions et une journaliste, cet ouvrage traite des comportements addictifs et des nouveaux phénomènes de dépendance qui gangrènent les sociétés modernes. Un guide de sensibilisation et d'information.

C'est quoi la drogue ? / D'WELLES, Marie-Christine.- J.-C. Godefroy, 2013.- 103 p..
Dans ce texte écrit sous forme de dialogue, les questions du fils et les réponses de la mère forment un débat autour de la toxicomanie et de la façon de la combattre.

Exploration drogues / ROY, Alain.- MULTIMONDES, 2013.- 190 p., ill. en coul..
Ce livre contient l'essentiel de ce qu'il faut connaître et comprendre pour se préparer à faire des choix éclairés de consommation ou de non-consommation. Il parle de caféine, d'alcool, de nicotine, de THC du cannabis et de médicaments psychoactifs. Dans le courrier de Monsieur Drogues, se trouvent des réponses aux nombreuses questions que les jeunes se posent : c'est quoi une drogue ? D'où ça vient ? Ça fait quoi ? Pourquoi les effets ne sont jamais les mêmes selon la personne ? Est-il possible de consommer sans nuire à sa santé ? Une personne avertie en vaut deux !.

Le cannabis ? / JULIENNE, Marina.- Belin ; Universcience, 2013.- 79 p..- (InfoGraphie).
Synthèse en images abordant avec objectivité tous les aspects du cannabis : consommation, effets sur la santé, enjeux politiques, questions juridiques, trafic, etc.

L'enfant et les écrans : un avis de l'Académie des sciences / Académie des sciences (France).- Le Pommier, 2013.- 267 p..- (Education).
Rapport sur l'impact des nouvelles technologies de l'information et en particulier d'Internet sur la formation intellectuelle des plus jeunes : la formation de la mémoire, l'attention et les émotions.

Conduites à risque : des jeux de mort au jeu de vivre / LE BRETON, David.- Paris : PUF, 2013.- 292 p..- (Quadrige).- Bibliogr..
Depuis la fin des années 1970, les activités à risque connaissent un réel succès. Nouveaux aventuriers, sportifs de l'extrême mais aussi jeux et activités à risque des jeunes générations se développent et suscitent l'inquiétude. Ces passions modernes du risque naissent du désarroi moral des sociétés occidentales dans lesquelles l'individu cherche ses marques. Cet essai décrypte ces jeux de mort.

Tous les secrets de votre cerveau / LIEURY, Alain.- Paris : Dunod, 2012.- 295 p..- (Petites expériences de psychologie).- Précédemment paru sous le titre : Psychologie et cerveau : pour mieux comprendre comment il fonctionne.
100 questions-réponses sur des découvertes récentes de la psychologie cognitive à propos des mécanismes de l'intelligence et de la mémoire, de la perception sensorielle, etc.

Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le cerveau : guide visuel à destination des esprits curieux et pressés / SOMERVILLE, Paul T..- Paris : Hatier, 2012.- n.p., ill. en coul., couv. ill. en coul..- (Guide visuel).
Guide qui accompagne le lecteur et lui donne les outils nécessaires pour pouvoir comprendre le fonctionnement du cerveau.

L'alcool et l'alcoolisme : 100 questions-réponses pour comprendre l'alcool et l'alcoolisme / GAREL, Noémi.- Ellipses, 2012.- 137 p..- (100 questions-réponses).- Index. Bibliogr. Sites Internet.
Ces questions, inspirées par des patients, leur entourage, ainsi que des professionnels de la santé, visent à définir et expliquer de manière simple cette dépendance, ses origines, son diagnostic, les soins envisageables, etc.

Les addictions / FELDMANN, Gérard.- Armand Colin, 2011.- 157 p..- (25 questions décisives).- Lexique. Sites Web.

En 25 questions, le professeur de médecine présente les diverses dépendances (alcool, tabac, jeu, sexe, travail, cyberdépendance...) tout en explicitant le rôle des industriels et l'ambivalence institutionnelle.

Les addictions / SAJET, Mathilde.- Paris : PUF, 2011.- 127 p..- (Que sais-je ?).- Bibliogr..

Cet ouvrage analyse le mécanisme des addictions et leurs symptômes puis propose une synthèse des approches thérapeutiques.

Accros... Pourquoi ? : la toxicomanie juvénile. Causes et solutions / CAMPBELL, Ross.- PUBLICATIONS ORION, 2011.- 256 p..- (Education).

Un guide détaillé qui permet de rechercher l'aide compétente pour résoudre le problème de drogue de votre jeune.

Drogues : faut-il interdire ? / COUTERON, Jean-Pierre ; MOREL, Alain.- Paris : Dunod, 2011.- 272 p..- (Tendances psy).- Bibliogr..

L'ouvrage combat les idées reçues sur les addictions et tend à créer les conditions d'une meilleure acceptation/compréhension des données et arguments en vue d'une autre politique des addictions basées sur l'éducation, la prévention, des interdits ciblés et les soins en les abordant sous l'angle "question de société".

Les dangers de la drogue / NEAU-DUFOUR, Frédérique.- 2e éd..- Paris : Nane Editions, 2011.- 55 p..- (Raconte-moi...)- Lexique. Sites Web.

Consommées pour le plaisir qu'elles apportent dans un premier temps, les drogues entraînent pour leurs usagers des risques immédiats et à moyen terme. Quels sont les mécanismes qui conduisent à la dépendance ? Pourquoi certaines personnes sont-elles vulnérables face à la tentation des produits illicite ?...

Du plaisir du jeu au jeu pathologique / BELKACEM, Abdou ; REYNAUD, Michel ; VENISSE, Jean-Luc.- Paris : Maxima, 2011.- 188 p..- (100 questions pour mieux gérer la maladie).- lexique. Ouvrage présentant l'addiction pathologique au jeu sous toutes ses formes : jeux d'argent, jeux de hasard, jeux vidéos, jeux en ligne, jeux de rôles. Signes révélateurs et répercussions sur la sphère professionnelle et privée sont abordés du point de vue des malades, qui peuvent être aussi bien des adultes que des adolescents, lesquels font l'objet d'un chapitre à part.

Le cerveau pour les nuls / LYON-CAEN, Olivier ; SEDEL, Frédéric.- Paris : First Editions, 2010.- 333 p..- (Pour les nuls).

Des éminents neurologues mettent leurs connaissances à portée de tous : fonctionnement du cerveau, anatomie, les pathologies liées au cerveau (accident vasculaire cérébral, épilepsie, sclérose en plaques, maladies d'Alzheimer et de Parkinson, etc.).

La drogue, vous êtes tous concernés / MEZINSKI, Pierre ; REDGE.- Nouv. présentation.- Paris : De la Martinière Jeunesse, 2010.- 103 p..- (Oxygène).

Résumé : Un livre d'information sur la drogue à travers le journal intime d'une jeune adolescente confrontée à des situations fondées sur des cas réels et sur les observations d'une psychologue spécialisée dans les problèmes de toxicomanie. Des réponses autour des questions de dépendance, de la légalisation du cannabis ou de l'attitude à adopter face à un ami qui se drogue. Notice générale Livre

Les nouvelles formes d'addiction : l'amour, le sexe, les jeux vidéo / VALLEUR, Marc ; MATYSIAK, Jean-Claude.- Nouv. éd..- Flammarion, 2010.- 282 p..- (Champs).- Bibliogr..

Etudie le champ des nouvelles addictions (ou maladies de la dépendance ou toxicomanies sans drogue) avec les problématiques du lien et de la relation, de la limite et de la transgression : les relations amoureuses, la sexualité compulsive, l'addiction au jeu, la délinquance et le crime, les mécanismes de la dépendance et enfin les pistes pour d'éventuels traitements.

Le cannabis / SENON, Jean-Louis ; RICHARD, Denis.- Nouv. éd. mise à jour.- Paris : PUF, 2010.- 127 p..- (Que sais-je ? ; 3084).- Bibliogr..

Synthèse sur le chanvre à résine dit cannabis, son histoire, ses divers usages, la réglementation de sa consommation, etc.

Dictionnaire des drogues et des dépendances / RICHARD, Denis ; SENON, Jean-Louis ; VALLEUR, Marc.- Nouv. éd..- Larousse, 2009.- 751 p..- (In Extenso).

Apporte des réponses claires et sans parti pris et fait un tour d'horizon complet des produits, des types de toxicomanie et des traitements. Appréhende l'ensemble des problèmes posés par la dépendance et présente les points en débat, les clivages doctrinaux et les perspectives d'évolution.

Mythologies, histoires, actualités des drogues / MEYERS, Claude.- Paris : L'Harmattan, 2007.- 273 p..- Bibliogr..

Etat des lieux des connaissances sur l'histoire et les propriétés des drogues. Un panorama à travers la mythologie, les enseignements de la chimie ainsi que les apports de la neurobiologie. Neuropsychiatre, l'auteur décrit les stupéfiants extraits de plantes, les drogues de synthèse nées aux XIXe et XXe siècles ainsi que certains hallucinogènes comme les champignons ou plantes sacrées.

Ces dépendances qui nous gouvernent : comment s'en libérer ? / LOWENSTEIN, William ; ROUCH, Dominique.- Nouv. présentation.- LGF, 2007.- 317 p..- (Le livre de poche).- Bibliogr..

Analyse et décrit le mécanisme de l'addiction et les moyens de sevrage des principales dépendances actuelles à des produits ou des comportements : cyberdépendance, dépendance au jeu, à l'amour, au sexe, à l'alcool, au tabac, au cannabis, à la cocaïne, aux médicaments, au téléphone portable, au chocolat, etc.

Pages ouvertes aux toxicomanes et à ceux qui les regardent / GERVAISOT, Jean-Paul.- la Compagnie littéraire-Brédys, 2007.- 178 p..

A partir de situations vécues, l'ouvrage tente d'éclairer la situation de dépendance aux différentes drogues (cigarette, alcool, cocaïne, etc.). Addictologue et médecin, l'auteur décrit les effets de chaque produit, les contextes d'usage et le fonctionnement du cerveau, de la dépendance psychologique, du plaisir et de la douleur.

L'effet cacahuète / MATYSIAK, Jean-Claude.- Paris : Ed. Pascal, 2005.- 125 p..- (Psy).- Adresses utiles. Site Internet.

Explique les causes et les mécanismes des dépendances qui touchent plus particulièrement les adolescents. Montre les effets de la dépendance sur le cerveau et aborde notamment les principales substances provoquant addictions psychologique et physique comme le tabac, l'alcool, le cannabis et les autres drogues interdites.

Les drogues / RICHARD, Denis.- Armand Colin, 2005.- 125 p..- (128).- Contient une bibliographie..

Ce petit ouvrage, à travers une double approche pharmacologique et sociologique, fournit des informations essentielles à ceux qui sont confrontés à titre personnel ou d'intervenant à une problématique de toxicomanie. Il présente notamment, de manière approfondie, les principales drogues ainsi que les liens entre drogues et médicaments.

Dictionnaire encyclopédique des drogues / POL, Didier.- Ellipses, 2002.- 239 p..
Présente les connaissances sur les différentes drogues, licites et illicites, depuis leur nature chimique et l'histoire de leur découverte jusqu'à leur production et leur utilisation en passant par leur mode d'action sur le cerveau. Sont également abordés les questions économiques et sociales, les organismes et les pays, les personnages marquants de l'histoire de ces substances.

La coca et la cocaïne / RICHARD, Denis.- Paris : PUF, 1994.- 127 p..- (Que sais-je ?).

SELECTION DE SITES WEB

Les addictions

<http://www.inserm.fr/thematiques/neurosciences-sciences-cognitives-neurologie-psychiatrie/dossiers-d-information/addictions>

Dossier d'information de l'**Inserm** sur les addictions avec en fin de page des ressources pour approfondir le sujet.

<http://www.youtube.com/watch?v=n4oyAJyRbV0&list=PL55758D3BE5375EBC&index=44>

Addictions – C la santé, émission co-produite par l'AP-HM et LCM

Invités: Pr Nicolas Simon, Dr Isabelle Jaquet

<http://www.canal->

[u.tv/video/universite_de_tous_les_savoirs_au_lycee/les_addictions_marc_valleur.4334](http://www.canal-tv/video/universite_de_tous_les_savoirs_au_lycee/les_addictions_marc_valleur.4334)

Les addictions - Marc Valleur - Une conférence de l'UTLS au lycée Fénélon (Lille) en partenariat avec France Inter (l'émission de Mathieu Vidard, *La tête au carré*, donne l'occasion une fois par mois à des lycéens de débattre avec un scientifique sur un sujet thématique).

http://lecerveau.mcgill.ca/flash/d/d_03/d_03_p/d_03_p_par/d_03_p_par.html

Site **le cerveau à tous les niveaux**, thème « Le plaisir et la douleur », sous-thème « Les paradis artificiels ». Pour chaque dossier, possibilité de choisir le niveau d'explication (débutant / intermédiaire / avancé) et le niveau d'organisation (social / psychologique / cérébral / cellulaire / moléculaire).

<http://www.inserm.fr/inserm/accueil/tout-en-images/une-nouvelle-collection-de-films-courts-les-pom-bio-a-croquer/plaisir-et-addiction>

« **Plaisir et addiction** », un film court de la série POM Bio de l'Inserm

<http://www.frc.asso.fr/Le-cerveau-et-la-recherche/Dossiers-thematiques/addictions>

« **Quand mon cerveau devient accro...** », un dossier thématique de la **Fédération pour la Recherche sur le Cerveau** (FRC).

<http://www.ifac-addictions.fr/>

Site de l'**Institut Fédératif des Addictions Comportementales** (IFAC).

<http://www.ofdt.fr/>

Observatoire français des drogues et des toxicomanies : organisme public chargé du recueil, de l'analyse et de la synthèse des données relatives aux drogues illicites, à l'alcool, au tabac et aux jeux de hasard et d'argent en France.

http://www.dailymotion.com/video/xbvnr_addicto-voyage-au-centre-du-plaisir_tech

« **Addicto, voyage au centre du plaisir** », un film court sur la notion de dépendance. En suivant le voyage de la nicotine dans le cerveau, ce film clarifie les notions de drogue, plaisir et dépendance grâce aux neurosciences.

<http://www.franceculture.fr/emission-revolutions-medicales-l-alcoolisme-et-les-degats-de-l-alcoolisme-2013-11-05>

Une **émission de France Culture sur l'alcoolisme**.

Invitée : Amine Benyamina, psychiatre et addictologue, responsable du Centre d'enseignement, de recherche et de traitement des addictions (CERTA)

Organismes de prévention

<http://www.inpes.sante.fr/default.asp>

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes)

<http://www.reseau-addictions-rap.fr/index.html>

Réseau Addictions Poitou-Charentes (RAP)

<http://www.drogues-info-service.fr/>

Service national d'**information et de prévention sur les drogues et les dépendances** dépendant du Ministère de la santé et placé sous l'autorité de l'Inpes

<http://www.drogues.gouv.fr/>

Mission interministérielle de **lutte contre la drogue et la toxicomanie** : information, aide et prévention

<http://www.anpaa.asso.fr/>

Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie (Anpaa)

<http://www.alcool-info-service.fr/>

Site d'**information et d'aide sur la consommation d'alcool** proposé par le Ministère des affaires sociales et de la santé, l'Inpes et le Gip Adalis. Ce site propose un espace spécifiquement dédié aux jeunes (15-25 ans) : <http://jeunes.alcool-info-service.fr/>.

<http://www.tabac-info-service.fr/>

Site d'**information et d'aide sur le tabac** proposé par le Ministère des affaires sociales et de la santé et l'Inpes.

<http://www.pedagojeux.fr/>

Site d'**information et de sensibilisation sur le jeu vidéo**.

<http://www.joueurs-info-service.fr/>

Site d'**information et d'aide sur le jeu** proposé par le Ministère des affaires sociales et de la santé et l'Inpes.