

*Congrès d'Addiction Suisse, 22.1.2015, Lausanne
« Le workaholism: de la passion du travail
à son addiction ? »*

TRAVAIL: DE L'ADDICTION A LA COMPASSION

Prof. Jacques BESSON
**Chef du Service de psychiatrie
communautaire DP-CHUV**



Les Tailleurs de pierres

- Un pèlerin au Moyen-Age visite le chantier d'une cathédrale
- Il rencontre un premier ouvrier qui taille une pierre: Que fais-tu? – Je taille des pierres
- Il rencontre un deuxième ouvrier qui taille aussi des pierres: Que fais-tu? – Je gagne ma vie
- Il rencontre un troisième ouvrier qui taille les mêmes pierres : Que fais-tu? – Je bâtis une cathédrale !

INTRODUCTION

- Le point de vue du clinicien
- Les addictions comme paradigme
- La psychiatrie communautaire, acteur du modèle bio-psycho-social
- Une formation psychanalytique et neuroscientifique
- La supervision de l'aumônerie en psychiatrie en Suisse romande



OU SONT NOS CATHEDRALES ?

- La psychiatrie communautaire
- Le problème de la santé mentale en santé publique
- Monde désenchanté, vie absurde, solitude
- Addiction, agression, dépression
- Addiction: paradigme psychosomatique et psycho-socioculturel

ADDICTION AU TRAVAIL ?

- Surtout une analogie aux mécanismes de l'addiction en général :
- Renforcement du comportement
- Préoccupation constante
- Rétrécissement des autres activités
- Signes de tolérance et de sevrage
- Automatisation

SOUFFRANCE PSYCHIQUE AU TRAVAIL

- Section de psychiatrie sociale
- Un programme de soutien à l'emploi (RESSORT)
- Une consultation pour la souffrance psychique au travail en collaboration avec l'IST et l'Université Mac Gill
- Fréquence des comorbidités psychiatriques
- Une nécessaire interdisciplinarité
- Evolution et complexité du monde du travail

SPIRITUALITE ET SANTE

- De nombreuses données, santé physique et santé mentale
- Sensibilité anglo-saxonne
- L' exemple des Alcooliques anonymes: Bill, le Dr Bob et le groupe d' Oxford (CG.Jung, W.James) ; Bill « guidé » pour écrire les 12 Etapes...
- Dans les addictions, les rémissions spontanées ou sans traitement; place de la spiritualité ; fondements de l' approche motivationnelle
- Le HOPE questionnaire: Spirituality and medical practice, Practical tool for spiritual assessment

SPIRITUS CONTRA SPIRITUM

- Une lettre de CG.Jung à Bill W. :
 - « craving for alcohol was the equivalent, on a low level, of the spiritual thirst of our being for wholeness; expressed in the medieval language: the union with God »
 - « you see ‘alcohol’ in Latin is spiritus, and you use the same word for the highest religious experience as well as for the most depraving poison. The helpful formula therefore is : *spiritus contra spiritum* »

SIGMUND FREUD ET LE PASTEUR OSKAR PFISTER

- Une longue amitié , Correspondance 1909- 1939
- Pfister : cure d'âme, secrets pathogènes, glossolalie, éducateur
- Freud : ni les médecins, ni les prêtres
- Pfister : une foi sans névrose
- Freud protestant sexuel ! Le ciel aux anges et aux oiseaux...
- Avenir d' une illusion / Illusion d' un avenir
- Le transfert jusqu' à Dieu ?

CARL GUSTAV JUNG ET L'INCONSCIENT COLLECTIF

- L'Esprit est dans la Nature
- Dieu est dans l'Inconscient
- Archétypes et synchronicité
- Individuation: le Soi et la Totalité

VIKTOR FRANKL ET LA LOGOTHÉRAPIE

- Après Auschwitz
- L'inconscient spirituel
- La volonté de sens
- Le vide existentiel
- Les névroses noogènes: dépression, agression, addiction...
- L'auto-transcendance et la psychologie des hauteurs
- Responsabilité et construction du sens

EUGEN DREWERMANN

- Théologien catholique et psychothérapeute allemand contemporain (1940-...), interdit de sacerdoce en 1992
- Successeur intellectuel de Pfister, « nouveau Luther »
- Critique des institutions (Les Fonctionnaires de Dieu), de l'analyse historico-critique, retour au message vivant originel
- Reprend les textes bibliques avec la psychologie des profondeurs (Psychanalyse et exégèse, La Parole qui guérit...)
- Le Mal : de l'angoisse à la confiance, théologie de la guérison

AARON ANTONOVSKY ET LA COHERENCE

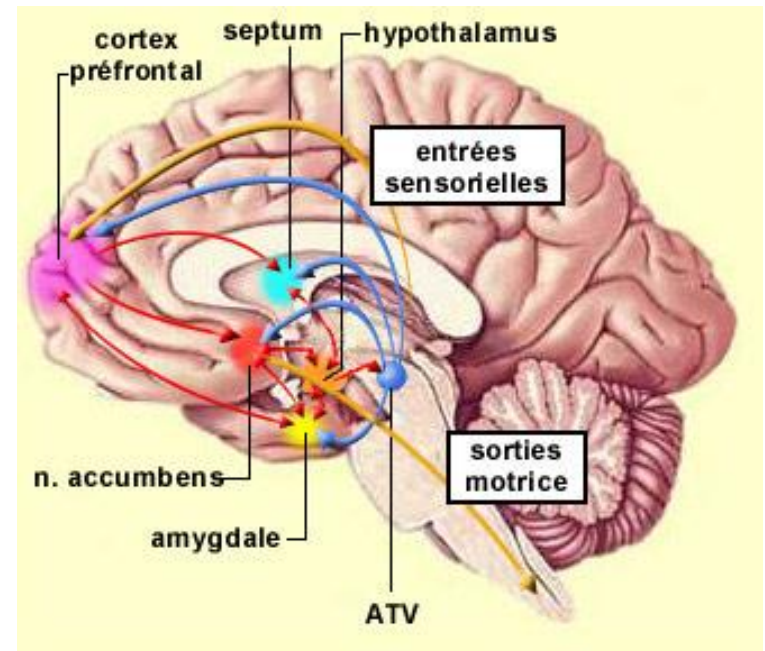
- Une exploration socio-médicale, après Auschwitz, Aaron Antonovsky: le sens de la **cohérence**
- La cohérence repose sur 3 axes:
 - 1) la confiance en notre pouvoir fondamental de comprendre le monde (*sense of comprehensibility*)
 - 2) la confiance de disposer des ressources (de ce monde ou non...) nécessaires pour affronter les exigences de la vie (*sense of manageability*)
 - 3) la confiance que ce qui arrive a du sens (*sense of meaningfulness*)
- Fondement de la **salutogenèse** et de la promotion de la santé

GEORGE LAKOFF ET LES METAPHORES

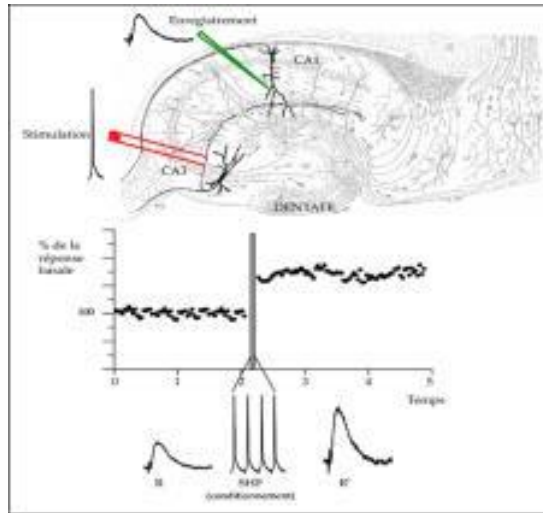
- Né en 1941, prof de linguistique cognitive à l' Université de Californie (Berkeley)
- Thèses sur la métaphore conceptuelle au cœur de la pensée humaine (inconscient cognitif)
- Théorie de la **cognition incarnée** (Philosophy in the flesh: the embodied mind and its challenges to Western thought)
- Une spiritualité incarnée (embodied) : connexion empathique avec l' univers **via le corps**. Dieu ineffable apparaît vivant à travers les métaphores : Etre suprême, Tout-Puissant, Créateur, Père, Source, Berger, Souffle...

NEUROBIOLOGIE DE L'ADDICTION

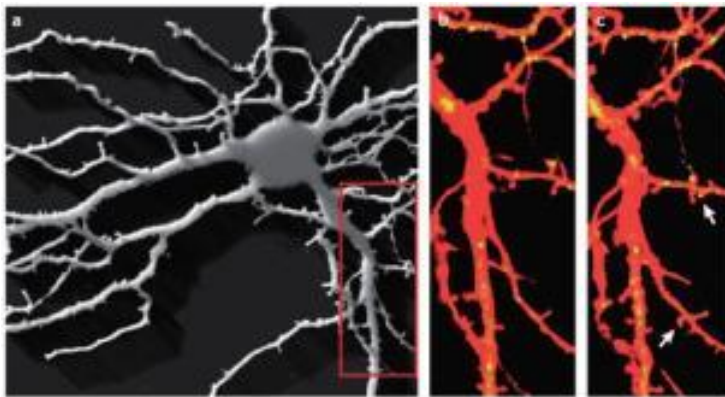
- Modèles animaux
- Le cerveau des émotions et les drogues
- Un « piratage » du circuit de la récompense
- Le rôle du stress et du trauma
- Une génétique et un polymorphisme
- Des neurosciences sociales



LA PLASTICITE NEURONALE



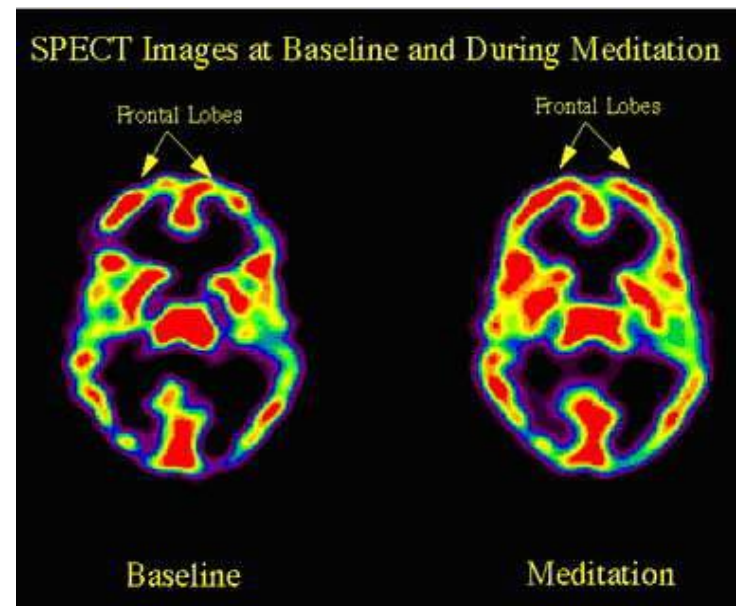
- Système excitateur (glutamate)
- Long term potentiation
- Modifications structurales durables (traces)
- Mémoire addictive
- Mais aussi de nouvelles voies...



Copyright © 2006 Nature Publishing Group
Nature Reviews | Neuroscience

NEUROSCIENCES ET SPIRITUALITE

- Le cerveau (brain) et l'infiniment complexe
- L'esprit (mind) comme métaphore du niveau le plus élevé de l'appareil psychique (sens de l'existence, Self)
- Recherche sur les jumeaux , génétique de la sensibilité spirituelle (VAMT2, God gene...). Sensitivité du récepteur à la sérotonine 1A corrélée négativement à « l'acceptance spirituelle »...
- Des zones cérébrales activées pendant la méditation et l'extase (le « cerveau de Dieu »)



(A.Newberg, 2002)

Investigation of mindfulness meditation practitioners with voxel-based morphometry

Britta K. Hölzel,¹ Ulrich Ott,¹ Tim Gard,¹ Hannes Hempel,¹ Martin Weygandt,¹ Katrin Morgen,^{1,2} and Dieter Vaitl^{1,3}

VBM analysis of mindfulness meditators

SCAN (2008) 57

58 SCAN (2008)

B. K. Hölzel et al.

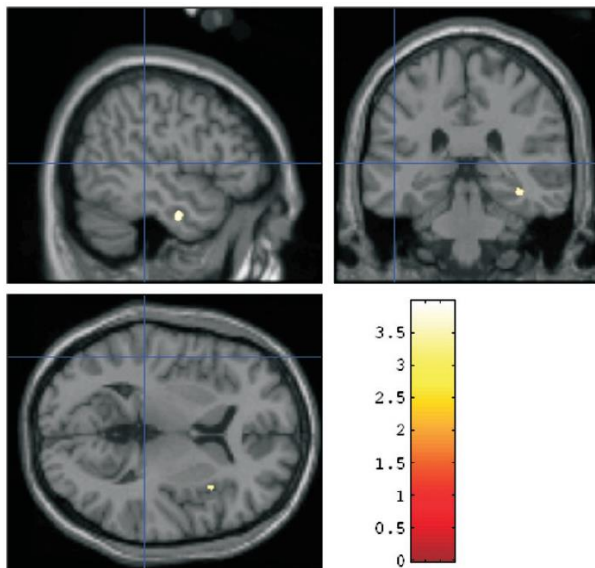


Fig. 1 Greater gray matter concentration for meditators compared to non-meditators ($P < .001$; uncorrected; > 20 voxels) in the left inferior temporal gyrus (upper left panel; cluster size: 157 voxels), right anterior insula (lower left panel; cluster size: 22 voxels) and right hippocampus (upper right panel; cluster size: 106 voxels). MNI coordinates of shown slices: x, y, z, -49, -32, 6; color bar indicates t-values.

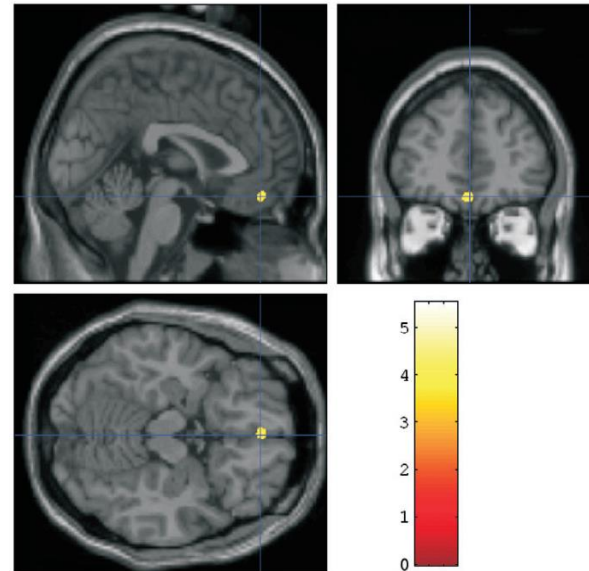


Fig. 2 Gray matter concentration at the medial orbitofrontal cortex correlates with total hours of meditation training. MNI coordinates of shown slices: x, y, z, 1, 45, -16; cluster size: 185 voxels; color bar indicates t-values.

LA BOUCLE CERVEAU-ESPRIT-CULTURE

- Le corps, source des métaphores
- Les métaphores, sources des symboles
- Les symboles, langage de la spiritualité
- La spiritualité, productrice de lien et de sens
- Pulsion herméneutique (dans le Moi) et objet spirituel (dans la culture)
- L'addiction comme une impasse (dead end)

TROIS ORDRES

- Grecs:
 - Platon: soma, psyche, nous
 - Gnostiques: hylique, psychique, pneumatique
- Blaise Pascal, pensée 793b:
 - Ordre des corps, ordre des esprits, ordre de la charité
- Maurice Zundel:

L'homme a trois dimensions de relation à l'être:

- L'expérience par les sens, l'investigation par la raison et l'intuition par la foi
- Teilhard de Chardin:
 - Centration –Décentration -Sur-centration

TROIS ORDRES EN MEDECINE ?

- Ordre somatique: moléculaire, cellulaire...
- Ordre psychique: cognitif, affectif...
- Ordre spirituel: sagesse, compassion...
- Quelle relation entre les trois ordres?
- Le modèle de la médecine tibétaine



CONCLUSION

- Le problème de la santé mentale
- Névrose de civilisation
- Place de la foi, place de la science ?
- Neurothéologie:
 - Spiritualité laïque et religieuse
 - Une nouvelle dimension du débat
 - Une « théopsychiatrie »? (DSM 5)
- Vers une médecine de l'esprit ...
- **Travail: de l'addiction à la compassion**

MERCI POUR VOTRE ATTENTION

