

Solutions : Un programme de traitement intensif de la toxicomanie

par Alta Peachey¹

Établissement d'Édmonton pour femmes, Service correctionnel du Canada

En 1995, le programme de lutte contre la toxicomanie pour les délinquantes sous responsabilité fédérale a été élaboré pour répondre aux besoins des femmes qui avaient des problèmes de toxicomanie modérés. Mis en œuvre depuis 1996 à l'Établissement d'Édmonton pour femmes (EED), le programme a suffisamment été couronné de succès pour que l'on puisse justifier une enquête dans son application pour de plus sévères dépendances à l'alcool ou aux drogues.

Renseignements généraux

On a entrepris une évaluation pour vérifier la nécessité d'un programme de toxicomanie plus complet au sein de l'Établissement d'Édmonton pour femmes. Elle a été faite avec l'aide de groupes cibles qui ont examiné les questions suivantes :

1. Y a-t-il un besoin pour un programme de toxicomanie plus complet au sein de l'EED ?
2. Qu'est-ce qui serait important dans un programme de toxicomanie intensif pour les délinquantes ?
3. Quels seraient les besoins des délinquantes et de l'établissement en matière de programmes de toxicomanie selon le personnel et les gestionnaires ?

Il y a eu cinq groupes cibles : trois avec des délinquantes, un avec des membres du personnel et un avec des gestionnaires. Les délinquantes qui ont pris part aux groupes cibles ont également répondu à un bref questionnaire écrit pour déterminer quels étaient les sujets les plus intéressants pour elles.

Plusieurs éléments clés sont ressortis des groupes cibles. La sécurité au sein des groupes en termes de partage des sentiments de vulnérabilité individuelle, de guérison holistique, d'une plus longue durée du programme, du choix et des liens avec la collectivité étaient parmi les

questions qui avaient une grande importance pour les délinquantes. Le personnel et les gestionnaires ont également indiqué que leurs préoccupations principales étaient la sécurité au sein des groupes, la nécessité pour un programme de plus longue durée et les liens avec la collectivité.

Selon les renseignements recueillis auprès des groupes cibles, les évaluations de besoins ont abouti aux conclusions suivantes :

- Il y a une gamme variée de besoins et de demandes, qui se faisaient parfois concurrence, pour un programme de toxicomanie plus complet.
- Tous les participants ont reconnu la nécessité d'un programme intensif. Un programme qui pourra répondre aux besoins de toutes les personnes concernées aura besoin d'un concept innovateur et non traditionnel.

Deux importantes recommandations ont été formulées suite à cette évaluation :

1. Concevoir un programme de lutte contre la toxicomanie intensif. Ce programme fera partie des programmes de lutte contre la toxicomanie déjà existants et sera conforme au Programme de lutte contre la toxicomanie pour les délinquantes sous responsabilité fédérale et sa composante dans la collectivité.

2. Que tout concept de programme intensif de lutte contre la toxicomanie englobe les caractéristiques suivantes :

- L'individualisation, la responsabilisation et la concentration de la détenue
- L'accessibilité
- La flexibilité

Un programme qui pourra répondre aux besoins de toutes les personnes concernées aura besoin d'un concept innovateur et non traditionnel.

- Le contenu doit répondre aux facteurs sous-jacents de la toxicomanie (manque de compétences, distorsions cognitives, abus, etc.)
- Différents modes de prestation y compris la prestation par un agent de programmes, l'autoévaluation, les groupes dirigés par les participants, la prestation pour un groupe ou pour une seule personne.

Concept du programme

C'est ainsi que le programme *Solutions* a été élaboré pour aider les délinquantes à éviter la rechute aussi bien dans le domaine de la toxicomanie que dans celui de la criminalité. Ce programme vise plus particulièrement le changement du comportement plutôt que de s'attaquer uniquement aux substances. *Solutions* utilise une approche cognitivo-comportementale dans la présentation des cinq modules suivants :

- Les principes essentiels
- La tolérance à la détresse
- Des techniques pour un changement
- Les émotions
- Des moyens pour s'en sortir

Bien que chacun des cinq modules se bâtisse selon les renseignements accumulés dans le module précédent, ils peuvent tous être pris indépendamment.

Dans le module *Les principes essentiels*, les participantes apprennent les rudiments pour changer, les effets des drogues sur le cerveau, les déclencheurs, le comportement et les réactions en chaîne provoquées par n'importe quel comportement, le lien entre trauma et dépendance ainsi que le cycle de la dépendance.

Dans le module *La tolérance à la détresse*, on offre toute une gamme de techniques concrètes qui peuvent être utilisées pour faire face à des situations difficiles. Parmi celles-ci, il y a les techniques de visualisation, les exercices de respiration et de distraction.

Dans le module *Les techniques pour un changement*, les participantes apprennent l'importance de visualiser le genre de vie qu'elles aimeraient avoir et de commencer à établir des objectifs qui leur

permettront d'atteindre leur vision. Un des éléments essentiels de ce module est que les participantes doivent choisir un comportement qu'elles aimeraient changer (de préférence un comportement qui n'est pas lié à la toxicomanie). On les aide ensuite à passer au travers d'un processus qui leur permettra de comprendre comment on peut réussir à changer ses habitudes. Ce processus comporte des techniques comme l'identification des bonnes et des mauvaises attitudes pour changer, la création d'un plan pour changer et regarder aux déclencheurs et aux conséquences du comportement qu'elles essaient de changer. Une fois que

les participantes comprennent le processus de changement et acquièrent les aptitudes pour effectuer ce changement, elles peuvent les mettre en pratique pour changer leur comportement face à la consommation de substances intoxicantes.

Dans le module *Les émotions*, on offre aux participantes une brève description des émotions et on leur enseigne les techniques pour la gestion de la peur, de la colère, du découragement et du plaisir.

Finalement, dans le module *Les moyens de s'en sortir*, les participantes apprennent un certain nombre de stratégies liées à la prévention de la

rechute. Elles apprennent à identifier les situations à haut risque, à prendre soin d'elles-mêmes, à demander de l'aide, à faire face aux personnes incompréhensives de façon positive, à se faire de nouveaux amis et à refuser toute offre d'alcool ou de drogue. Les participantes ont également plusieurs occasions pour mettre en pratique les compétences acquises au cours des activités de jeux de rôle.

Les cinq modules du programme *Solutions* sont subdivisés en soixante ateliers de deux heures chacun y compris quinze minutes de pause. Les participantes ont le choix de faire partie d'un grand groupe, d'un petit groupe ou ne faire partie d'aucun groupe; elles peuvent faire des jeux de rôle et elles peuvent partager leur savoir.

En plus des ateliers quotidiens de deux heures, il y a une heure qui est consacrée aux activités de loisirs. Cette période est appelée « Temps libre ». La philosophie en arrière de cela est que plusieurs femmes qui consomment des substances

Ce programme vise plus particulièrement le changement du comportement plutôt que de s'attaquer uniquement aux substances.

intoxicantes ont beaucoup de difficultés à gérer leur temps libre de façon productive. Idéalement, durant cette heure, chacune des participantes choisira comment passer le temps. Cet élément du programme offre une excellente occasion de ré-établir des liens avec la collectivité grâce aux conférences données par des invités, aux histoires de guérison, et ainsi de suite. Parmi les autres activités qui pourraient avoir lieu à ce moment-là mentionnons la lecture, le sport, la réflexion, la cuisine et l'artisanat.

Le programme *Solutions* est conçu de façon à ce qu'il soit offert par deux agents de programmes, ce qui permet à l'un d'entre eux de faire du counseling sur une base individuelle avec les participantes durant leur Temps libre. Durant ces séances individuelles, les participantes peuvent clarifier toute question soulevée dans les ateliers; elles peuvent explorer les différentes options pour mieux passer leur Temps libre; elles peuvent chercher à savoir ce qui les a mené à la consommation de drogues et élaborer de plus saines techniques pour contrer leur toxicomanie.

Mise en œuvre du programme

Le programme pilote *Solutions* a débuté le 15 février 1999 et s'est terminé le 14 mai 1999 à l'Établissement d'Edmonton pour femmes. Les participantes au programme *Solutions* ont été soigneusement sélectionnées à l'aide d'une batterie d'instruments d'évaluation. Seules celles qui ont été identifiées comme ayant des problèmes importants ou graves de toxicomanie ont été choisies. Le niveau de dépendance a été déterminé par le Test de dépendance envers l'alcool, le Test de dépistage de l'abus de drogue et l'Échelle des problèmes liés à la consommation d'alcool. Une entrevue détaillée a été effectuée avec chacune des délinquantes éligibles au programme. Chaque participante a rempli un questionnaire avant et après le programme. Ce questionnaire permettait d'évaluer les attitudes face aux effets de la consommation d'alcool ou de

drogue, les niveaux de tentation et le degré de confiance, les comportements pour faire face, les attentes liées à la consommation d'alcool, le point de contrôle de la consommation d'alcool ou de drogue, les attitudes liées à la rechute et à la connaissance, et la volonté de changer.

Dix femmes ont participé au programme; une s'est retirée un peu moins de deux semaines avant la fin. Parmi les neuf femmes, cinq ont terminé le programme avec succès et les quatre autres ont terminé le programme sans succès. Dans

l'ensemble, l'intérêt et l'enthousiasme étaient intacts tout au long des 12 semaines d'ateliers de *Solutions*.

Étant donné la nature de l'établissement, le « Temps libre » n'a pas pu être instauré avec toute la flexibilité voulue. Au lieu que chacune des participantes choisisse individuellement comment passer son heure de loisirs, la classe a choisi une activité structurée d'un commun accord. Même si les femmes étaient fortement encouragées à participer à ces activités structurées, elles étaient tout à fait libres d'y participer. Cette approche a eu un succès limité. Plusieurs ont participé religieusement à ces activités de loisirs facultatives et

semblaient en retirer du plaisir et en tirer des avantages. Malheureusement, celles qui étaient moins motivées et qui étaient incapables de bien structurer leur temps de loisirs décidèrent de retourner dans leurs unités durant la plus grande partie des séances de « Temps libre » et n'ont pas pu en retirer tous les bienfaits.

Tout au long du programme on a recueilli des données de rétroaction auprès des dix participantes et des agents de programmes pour savoir ce qui fonctionnait et ce qui avait besoin de changement. À la fin du programme, toutes les participantes et les agents de programmes ont eu une entrevue qui a permis de fournir des renseignements en vue d'une évaluation par un comité d'experts en toxicomanie. ■

Les participantes au programme Solutions ont été soigneusement sélectionnées à l'aide d'une batterie d'instruments d'évaluation.

¹ 11151-17e Rue, Edmonton (Alberta) T5S 2H9