

Alcool et consommation contrôlée, parlons-en sans tabou!

Jeudi, le 18 janvier 2007

Lausanne

**Consommation contrôlée
comme objectif et manière d'y arriver**

Dieter König & Joachim Körkel

Traduction: Barbara Guthy, Cyrill Gerber

Aperçu

1. Situation de départ
2. Que signifie „travailler sans viser un certain résultat“?
3. Qu'est-ce qu'une „consommation contrôlée“ (= CC)?
4. CC: comment y arriver?
5. Pratique et praticabilité de la CC
6. Perspectives



1. L'abstinence est un but légitime si le consommateur est motivé et s'il est capable d'atteindre cet objectif.
2. Les traitements peuvent puiser dans „une multitude d'alternatives“ (Miller et al.1998)
 - ce qui convient à une personne ne doit pas forcément convenir à une autre.

Le système de santé publique ne réussit pas à atteindre les toxicomanes

Personnes (en Allemagne) qui

1. sont dépendantes à l'alcool (1,5 Mio) 5,0 %
(prévalence sur un an)
2. abusent d'alcool (2,4 Mio) 4,5 %
(prévalence à vie)
3. ont une consommation „à risque“ (6,7 Mio)
0 %
(femmes: >20g/jour; hommes: >30g/jour)

Etude en Allemagne, 2000; Rumpf et al., 2000; Wienberg, 2001

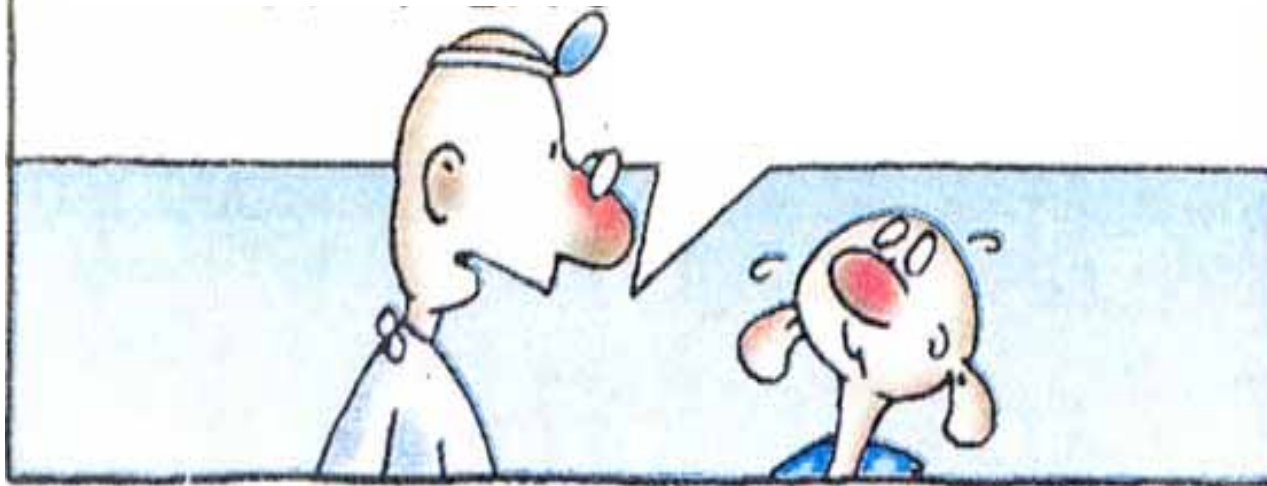
„On ne peut travailler qu'avec des clients présents.“
(Kanfer)

Aperçu

1. Situation de départ
2. **Que signifie „travailler sans viser un certain résultat“?**
3. Qu'est-ce qu'une „consommation contrôlée“ (= CC)?
4. La CC: comment y arriver?
5. Pratique et praticabilité de la CC
6. Perspectives



Pour vous, le mieux serait de vous abstenir d'alcool et de tabac!





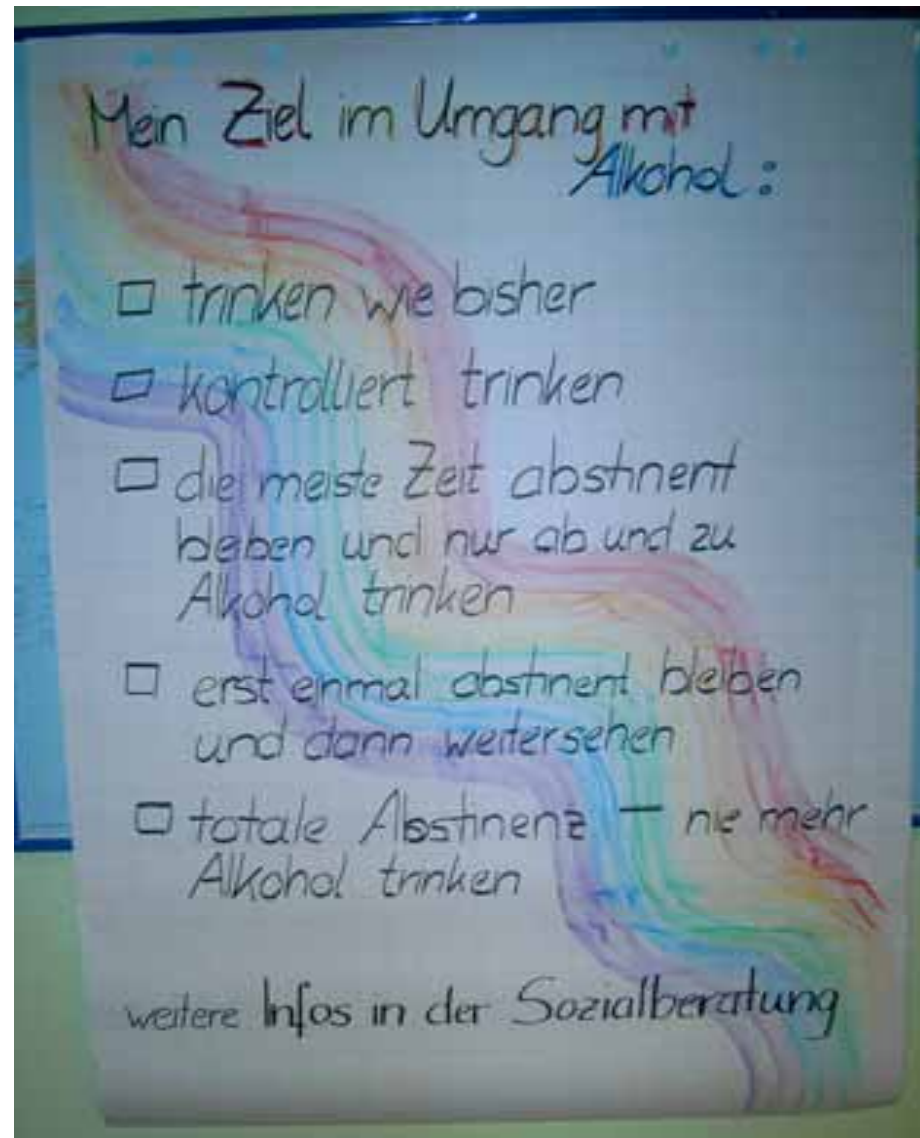
Que signifie

„travailler sans viser un certain résultat“?

- Poursuivre le but émanant du patient lui-même sans en imposer un de l'extérieur (Entretien motivationnel, phase 2).
- Concernant l'alcoolisme, cela peut signifier:
 - continuer la consommation comme d'habitude,
 - consommation réduite et contrôlée,
 - abstinence temporaire,
 - abstinence totale
 - ...

Mon objectif concernant
l'alcool:

- boire comme d'habitude
- boire de manière
contrôlée
- boire de temps en
temps
- tenter l'abstinence et
voir ce qui en résulte
- abstinence totale -
jamais plus d'alcool

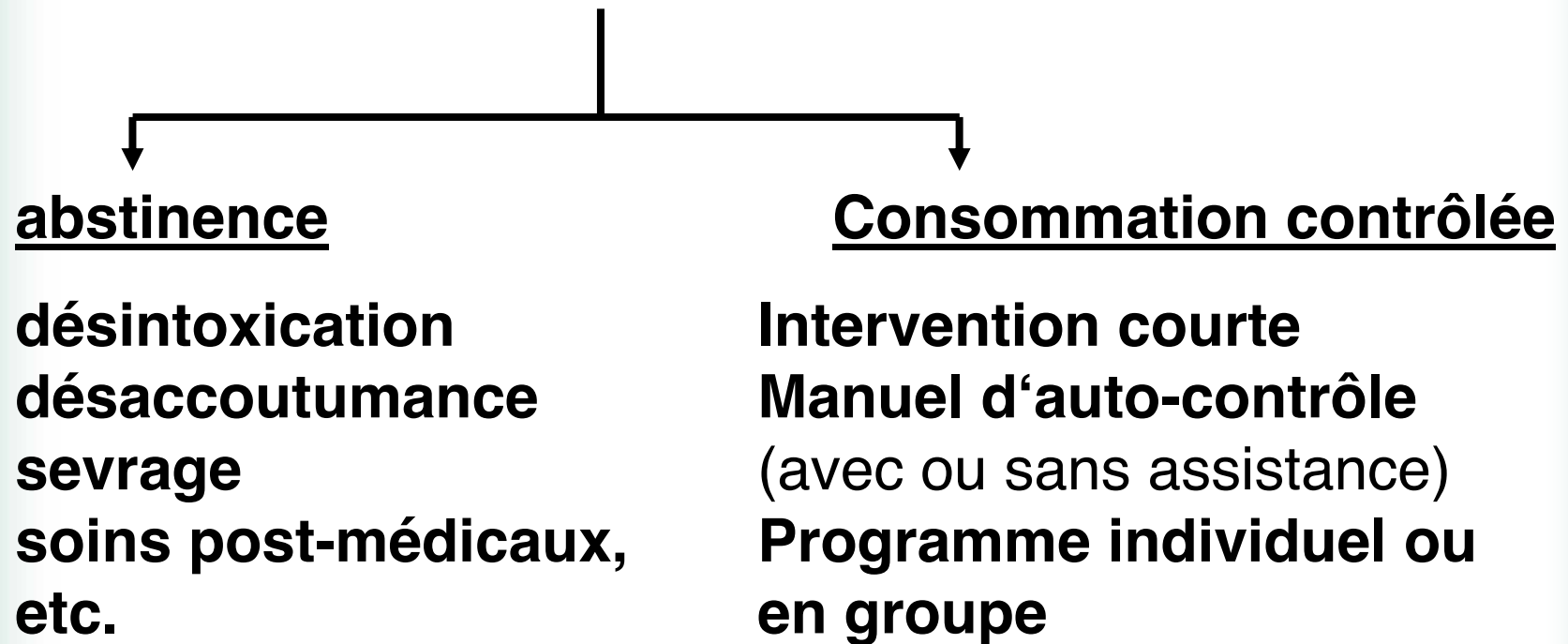


Que signifie

„travailler sans postuler un certain résultat“?

- Mener un dialogue dans le sens de „l’entretien motivationnel“, c’est-à-dire:
 - l’intervenant mentionne des alternatives d’objectif d’une manière *ouverte et compétente* (p.ex. abstinence ou CC) et
 - offre un éventail de possibilités pour atteindre l’objectif (p.ex. des voies différentes pour arriver à l’abstinence ou à la CC)

Interventions sur un comportement cible



Aperçu

1. Situation de départ
2. Que signifie „travailler sans viser un certain résultat“?
3. Qu'est-ce que la „consommation contrôlée“ (= CC)?
4. La CC: comment y arriver?
5. Pratique et praticabilité de la CC
6. Perspectives



Définition de la „consommation contrôlée”

Il s'agit de „consommation contrôlée“
si une personne
établit un plan de consommation
et change son comportement
suivant les règles établies.

Définition de la „consommation contrôlée” (suite)

En pratique, la consommation contrôlée consiste à **définir la quantité** de consommation (par semaine):

- quantité maximale d'alcool par jour
- nombre de jours d'abstinence
- quantité maximale d'alcool par semaine

Délimitation précise des termes

Consommation contrôlée = Consommation disciplinée

Consommation contrôlée \neq „Consommation modérée“

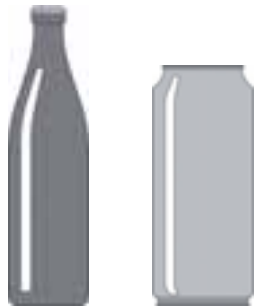
Consommation contrôlée \neq „Consommation normale“

Profil de compétence pour la CC

1. Informations de base sur l'alcool
2. Tenir un journal de sa consommation
3. Fixer un objectif personnel
4. Risques et stratégies pour atteindre l'objectif
5. Gérer les échecs
6. Surmonter le stress/ les tensions
et passer le temps libre sans alcool

Quantité d'alcool dans les boissons en unité standard (US) - basé sur l'Allemagne

bière



0,33l (petite) bière
contient 13g d'alcool

= 0,7 US



1 Sixpack de bière (6x0,33l)
contient 80g d'alcool

= 4 US

vin



1 bouteille de vin (0,75l)
contient 75g d'alcool

= 3,8 US



1 litre de vin
contient 100g d'alcool

= 5 US

Eau de vie



1 flacon d'eau de vie (0,1l)
contient 60g d'alcool

= 1,5 US



1 bouteille d'eau de vie (0,7l)
contient 220g d'alcool

= 11 US

Journal de la consommation (analyse des écarts)

Trink-Tagebuch

Woche vom

0 6 0 1 0 3 bis 1 2 0 1 0 3

Tag	Uhrzeit Beginn des Konsums	Art und Menge des Alkohols (Alkoholprozentangabe)	Anzahl Standard- Einheiten	Ort (zu Hause, im Lokal, am Kiosk usw.)	Anwesende Personen (Partnerin, Freunde zufällig Anwesende)	Auslöser (unangenehme oder angenehme Gefühle, best. Gedanken, körperliches Befinden)
Mo	16.30	1 Bier (0,5 l, 4.9 %)	1	Küche	alleine	Stress von der Arbeit
	18.00	4 Bier (je 0,5 l, 4.9 %)	4	Wohnzimmer	alleine	Gewohnheit
			5			
Di	10.30	2 Sekt (je 0,1 l, 11.5 %)	0,92	Firma	Arbeitskollegen	Jubiläum einer Kollegin
	17.00	1 Bier (0,5 l, 4.9 %)	1	Wohnung	alleine	Anspannung durch Arbeit
Mi	19.00	5 Bier (je 0,4 l, 4.8 %) 3 einfache Chantré (36 %)	4 0,87	6,79 Kegelbahn	Kegelfreunde	Alle trinken, Fröhlichkeit
	23.00	2 Bier (0,5 l, 4,9 %)	2	Küche	alleine	Fernsehen
			2			
Do	17.00	3 Bier (je 0,5 l, 4.9 %)	3	Küche	alleine	Anspannung durch Arbeit
	20.00	3 Fernet-Branca (0,06 l, 42 %)	1,01	Bei Huber	Hubert (Freund)	kurzer Besuch
			4,01			
Fr	15.00	3 Bier (je 0,5 l, 4.9 %)	3	Firma	Arbeitskollegen	Wochenend-Bier
	20.00	3 Wein (je 0,25 l, 10.5 %)	3,15	Restaurant	Freundin	Belohnung für Arbeitswoche
			6,15			
Sa	15.00	6 Bier (je 0,5 l, 4.9 %)	6	Zu Hause		Gartenarbeit, Fernsehen,
						Freund zu Besuch
			6			
So	15.00	3 Bier (je 0,5 l, 4.9 %)	3	Sportplatz	Fußballfreunde	eigene Mannschaft spielt
	20.00	2 Wein (je 0,2 l, 12.5 %)	2	Eltern	Eltern, Freundin	Gewohnheit
	23.00	1 Bier (0,33 l, 5.0 %)		5,66 Wohnzimme	alleine	Fernsehen, Langeweile

Summe der Standardeinheiten der Woche

35.61

Journal de consommation (analyse des écarts)

Jour	Heure du début de la consommation	Type et quantité d'alcool	Quantité d'unités standard	Lieu (à la maison, au bar, cantine, au restaurant)	Personnes présentes (partenaires, ami/es, présent par hasard)	Déclencheur (situation désagréable, sentiments difficiles, certaines idées ou soucis,
lundi	16.30	1 bière (0,5 l, 4,9%)		cuisine	seul	État de stress au travail
	18.00			Salle de séjour	seul	habitude
Mardi	10.30	Vin mousseux		À l'entreprise	collègues	Jubilé d'un collègue
	17.00			À la maison	seul	Tensions lors du travail
	19.00			Piste de quilles	Amis de quilles	Tout le monde boit
Mercredi	23.00			cuisine	seul	télévision

journal de consommation (analyse des écarts)

	Plan	US d'alcool consommé	Objectif atteint O/N	Mes observations
	Plan	Alkohol (SE) Ist	Ziel erreicht?	was mir aufgefallen ist:
Lu			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Ma			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Me			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Je			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Ve			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Sa			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Di			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
Semaine			<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	

www.kontrolliertes-trinken.de

journal de consommation (analyse des écarts)

Jour	Plan/objectif	Consommation réelle	Succès Oui/non	Ce qui est frappant
Lundi				
Mardi				
Mercredi				
Jeudi				

Etudes scientifiques sur la consommation contrôlée (1)

- taux de réussite: 65% (Variation 25-90%)
- réduction de la consommation en moyenne:
30-60%
- abstinence: 10-30%

Heather & Robertson, 1983
Miller, 1983; Rosenberg, 1993; Walters, 2000

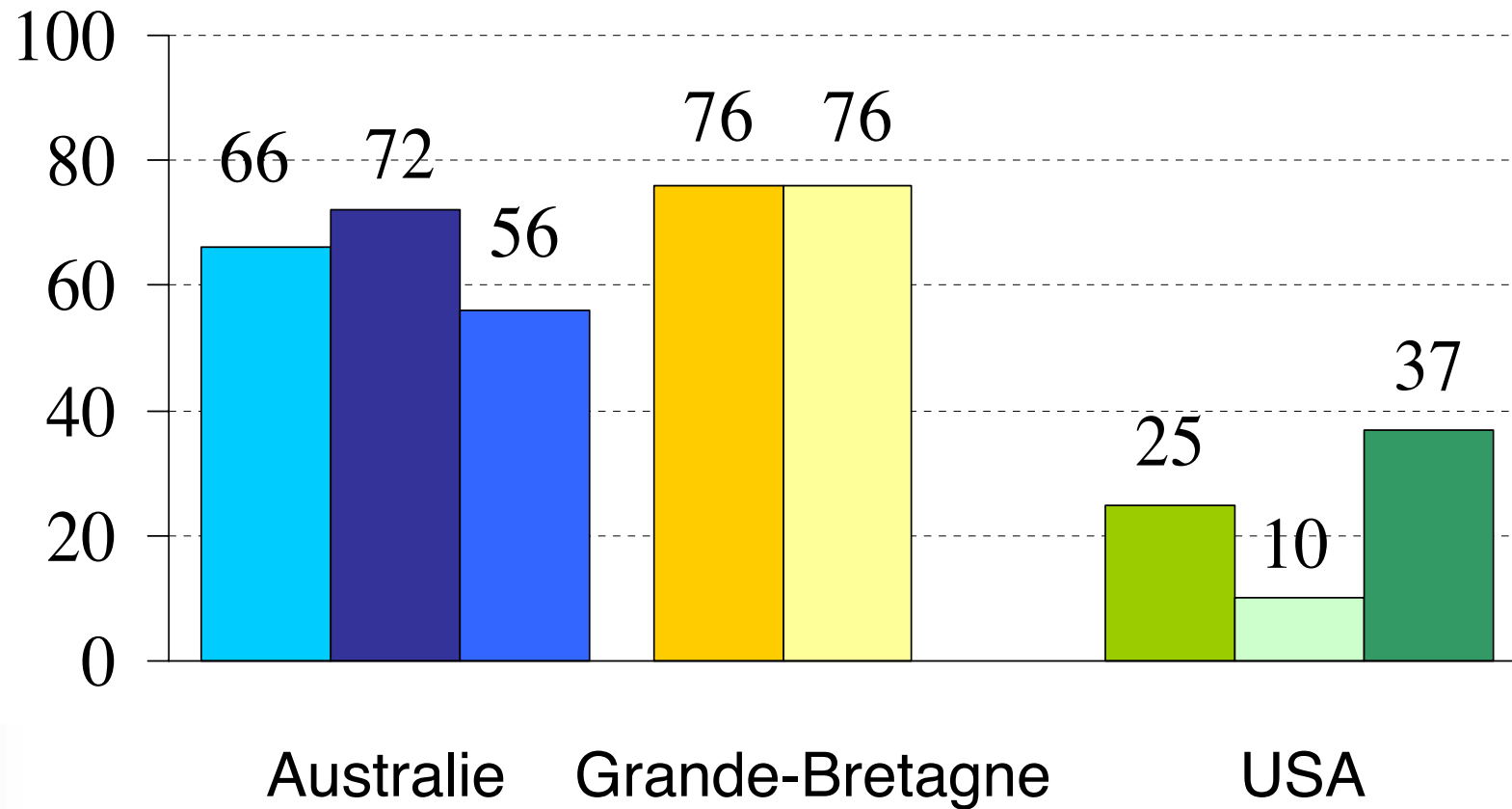
Etudes scientifiques sur la consommation contrôlée (2)

“Les résultats de cette méta-analyse montrent:
en ce qui concerne l’efficacité totale, la stabilité
des résultats et le groupe-cible,

Un auto-contrôle efficace donne au moins les
mêmes résultats que les interventions en faveur
de l’abstinence.”

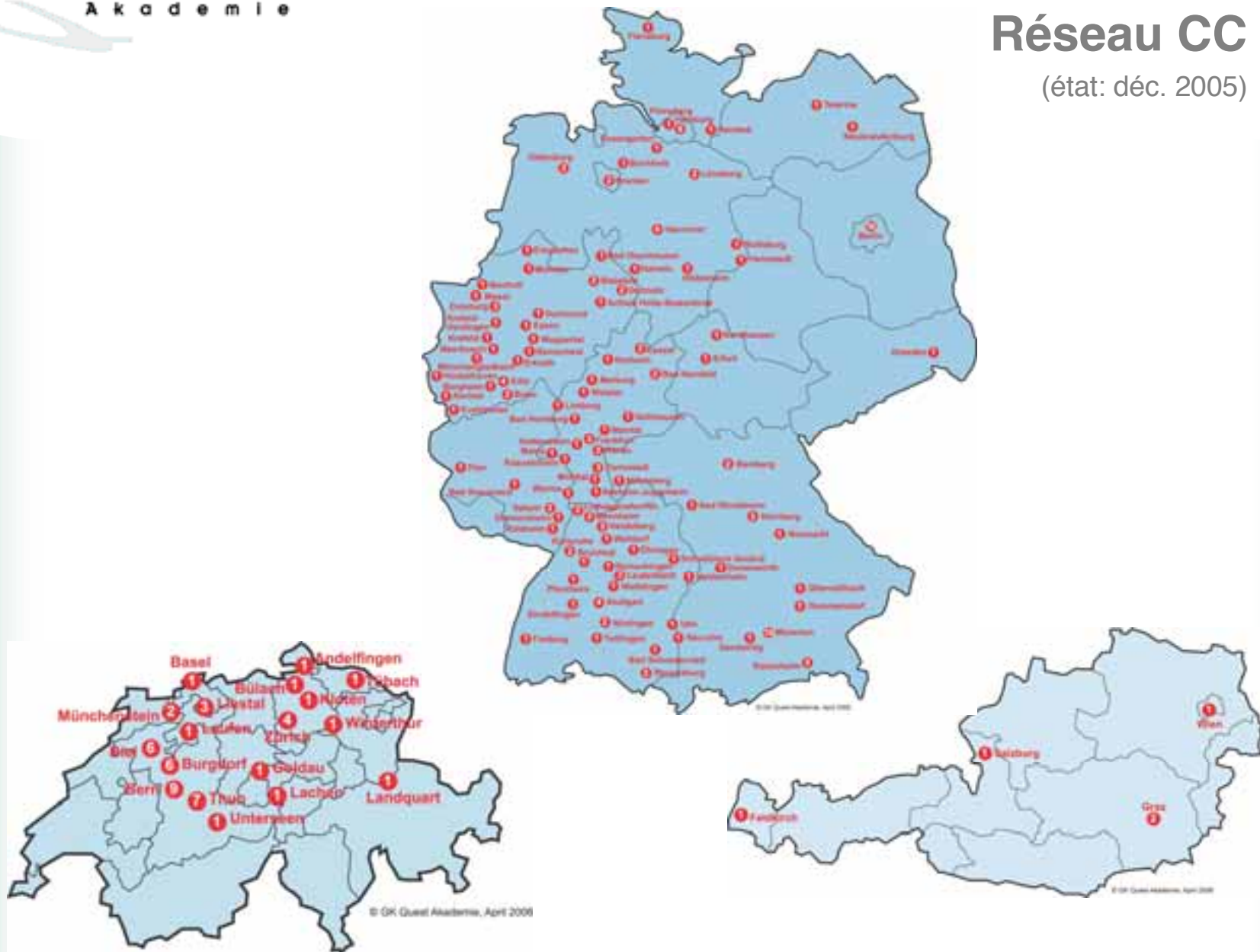
Walters, G.D. (2000). Behavioral self-control training for problem drinkers: A meta-analysis of randomized control studies. Behavior Therapy, 31, 135-149.

Diffusion du programme CC



Réseau CC

(état: déc. 2005)



1. Les programmes CC complètent efficacement les traitements orientés sur l'abstinence.
2. Les interventions sans indication de l'objectif visé incitent beaucoup plus de gens à changer de comportement.
3. L'abstinence est le choix primordial en cas de dépendance réelle à l'alcool.
4. La consommation contrôlée est un but légitime si le consommateur n'est ni motivé ni capable d'atteindre l'objectif de l'abstinence.
5. La consommation contrôlée peut être un pas nécessaire vers l'abstinence.

Aperçu

1. Situation de départ
2. Que signifie „travailler sans viser un certain résultat“?
3. Qu'est-ce qu'une „consommation contrôlée“ (= CC)?
4. **CC: comment y arriver?**
5. La pratique et praticabilité de CC
6. Perspectives



3 voies vers la consommation contrôlée

- Manuel d'auto-contrôle à remplir
- Le programme de consommation contrôlée - thérapie ambulatoire en groupe (CC-TAG)
- Le programme CC - thérapie individuelle: „TICC“ et „TICC-WALK“

Caractéristiques de tous les programmes CC

- les programmes de CC s'adressent à tous ceux qui visent un changement de comportement
- „ libre choix du but“: CC ou abstinence sont possibles
- au début: diagnostic élargi
(indicateurs, entretien personnel avec compendium)
- „orientation vers la solution“:
le progrès du client est prédominant
- approche structurée
- manuels pour patients et intervenants
- didactique/méthodes de formation d'adultes modernes

Programme en 10 étapes pour apprendre la consommation contrôlée

(Körkel, 2001)



„Programme en 10 étapes“ (suite)

Contenu:

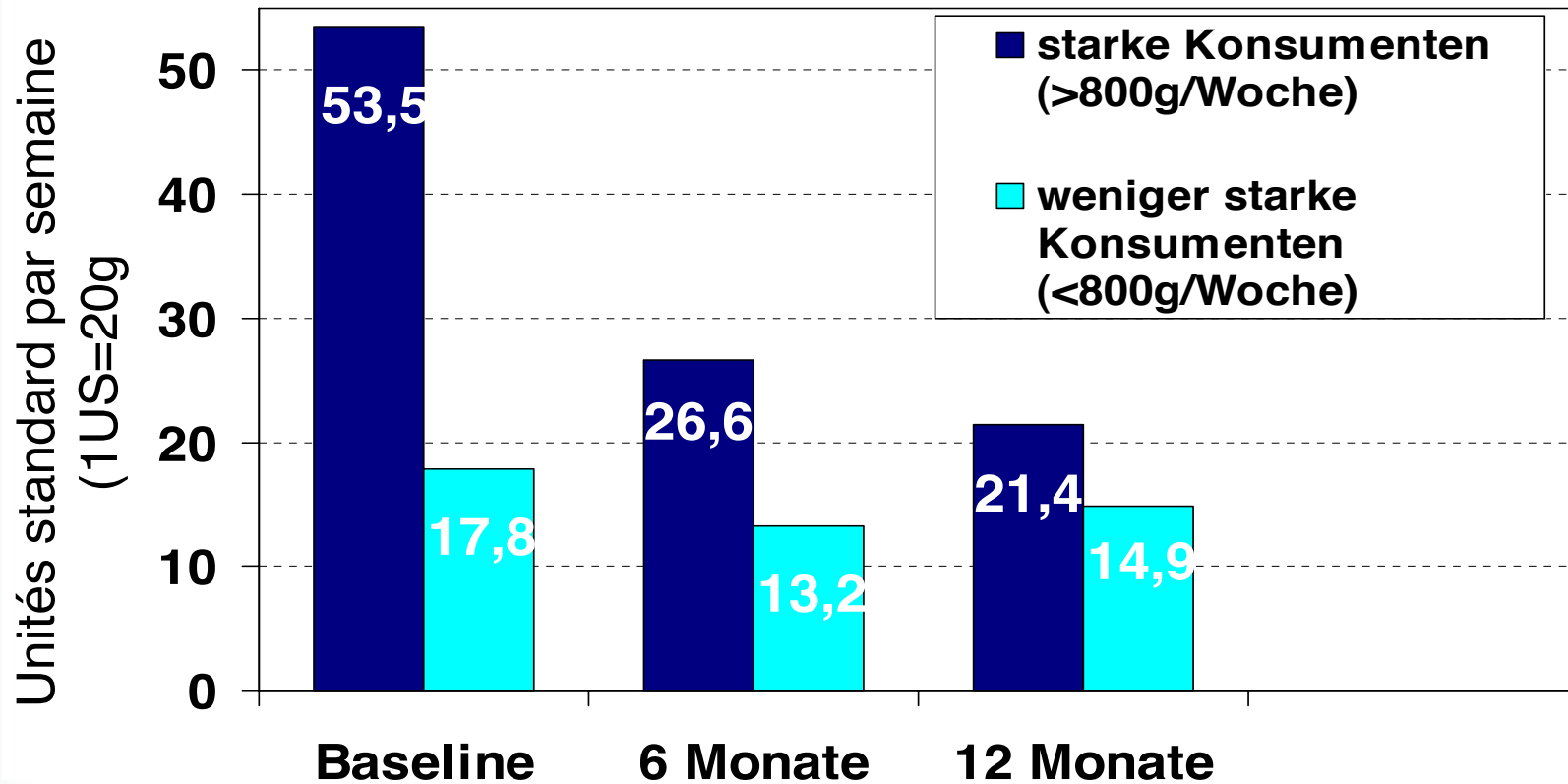
100 pages (10 étapes) + 50 pages d'annexes
+ questionnaire d'anamnèse

Durée conseillée:

env. 3 mois (1 étape par semaine, 1 heure)

Assistance personnelle selon besoin:

Conseil “online” / Coaching personnel ou par
téléphone



Réduction de la consommation d'alcool par semaine à l'aide du manuel (Heather et al., 1987)

Programme de thérapie en groupe

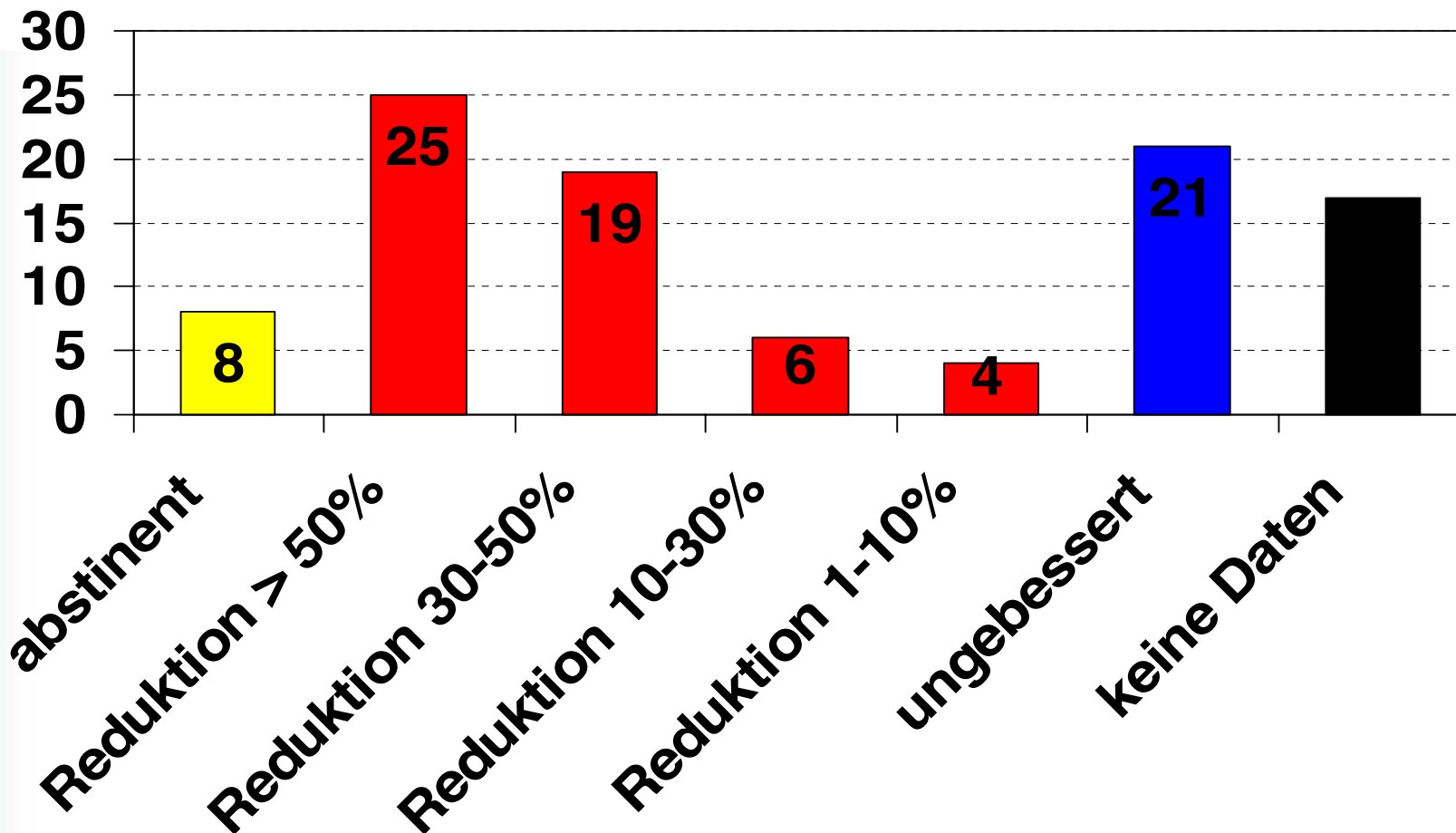
Programme CC de thérapie ambulatoire en groupe („CC- TAG“)

(Körkel & Projektgruppe kT, 2001)



caractéristiques de la „CC-TAG“ (suite)

- 10 rencontres hebdomadaires de 2 heures
- 12 participants au maximum
- 1-2 animateurs (personnel qualifié dans l'accompagnement des personnes dépendantes à l'alcool)



**Modification de la consommation 1 an après la fin du programme „TAG“
(thérapie ambulatoire en groupe); chiffres en pourcents; N = 58)**

Programme de traitement ambulatoire individuel pour la consommation contrôlée (TICC)

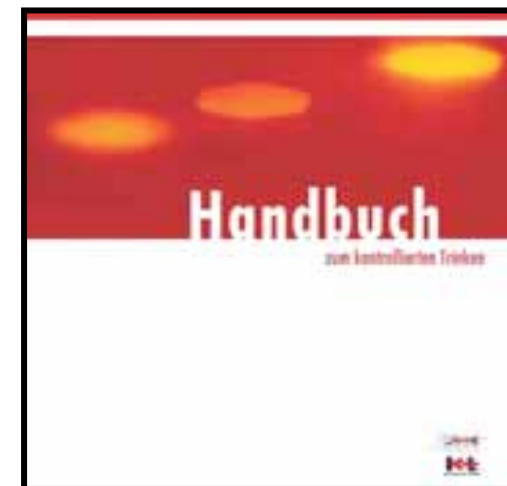
(Gehring & Projektgruppe kT, 2003)



Caractéristiques du programme TICC

- 10 semaines: 10 rendez-vous de 60 minutes
- „la préparation“ avant chaque rendez-vous: réflexion à l'avance sur un sujet qui sera travaillé
- approfondissement du travail sur les points problématiques et les compétences

- **Le manuel-WALK** pour les dépendants porteurs de polypathologie chronique:
 - Beaucoup de visuel mais peu de texte
 - Tient compte de faibles capacités cognitives et verbales
 - Choix d'exemples sur la situation de personnes sans domicile (SDF)

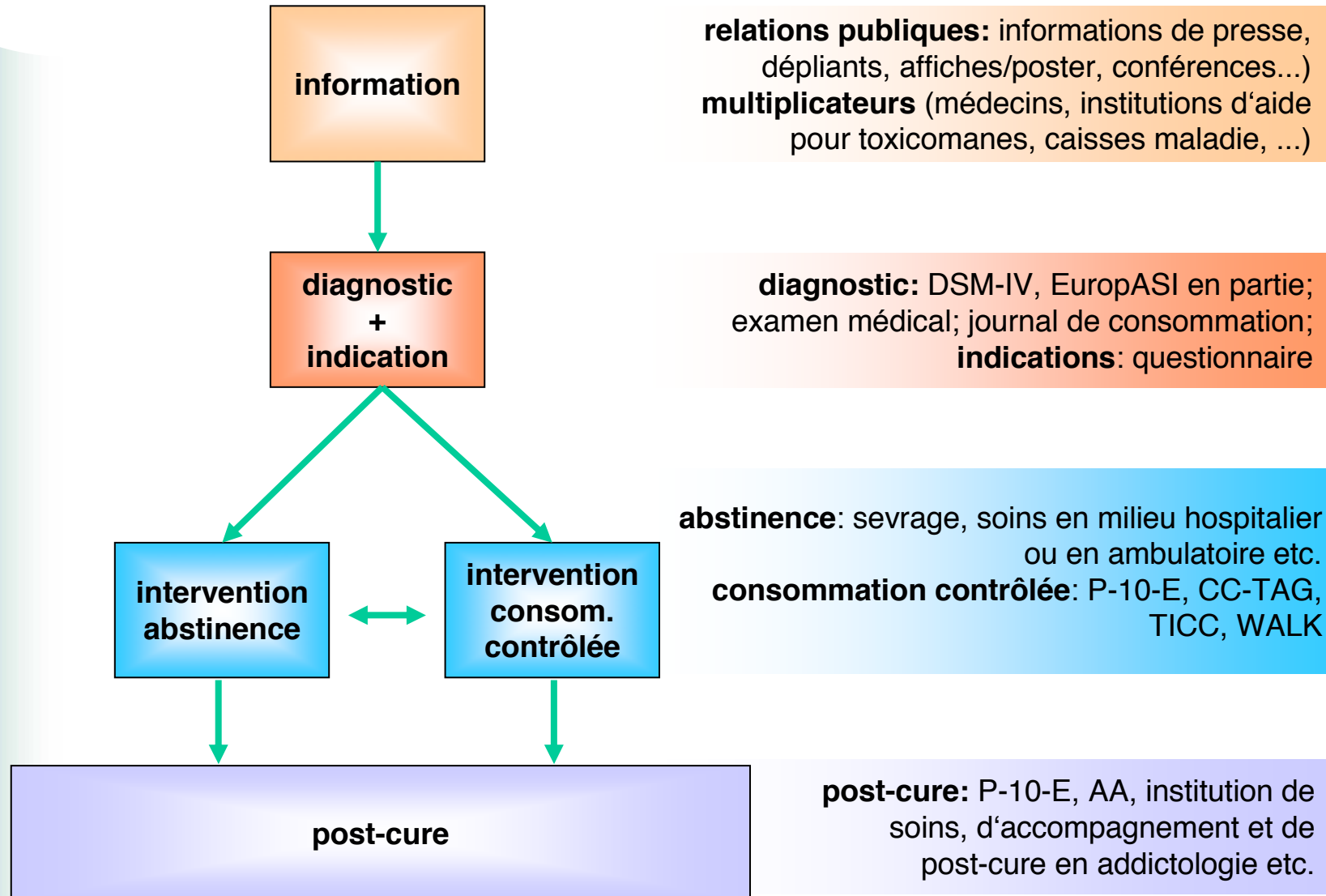


Aperçu

1. Situation de départ
2. Que signifie „travailler sans viser un certain résultat“?
3. Qu'est-ce qu'une „consommation contrôlée“ (= CC)?
4. CC: comment y arriver?
5. **Pratique et praticabilité de la CC**
6. Perspectives



L'intervention



**expertise
sur
l'abstinence
ou selon
le cas
vérification
de l'objectif
d'abstinence

(= exclusion)**

**résultats
de
l'examen
médical
et de
laboratoire**

**travail
sur le
compendium
de
diagnostic**

**décision
sur
l'accueil
ou selon
le cas
recommen-
dation
qualifiée**

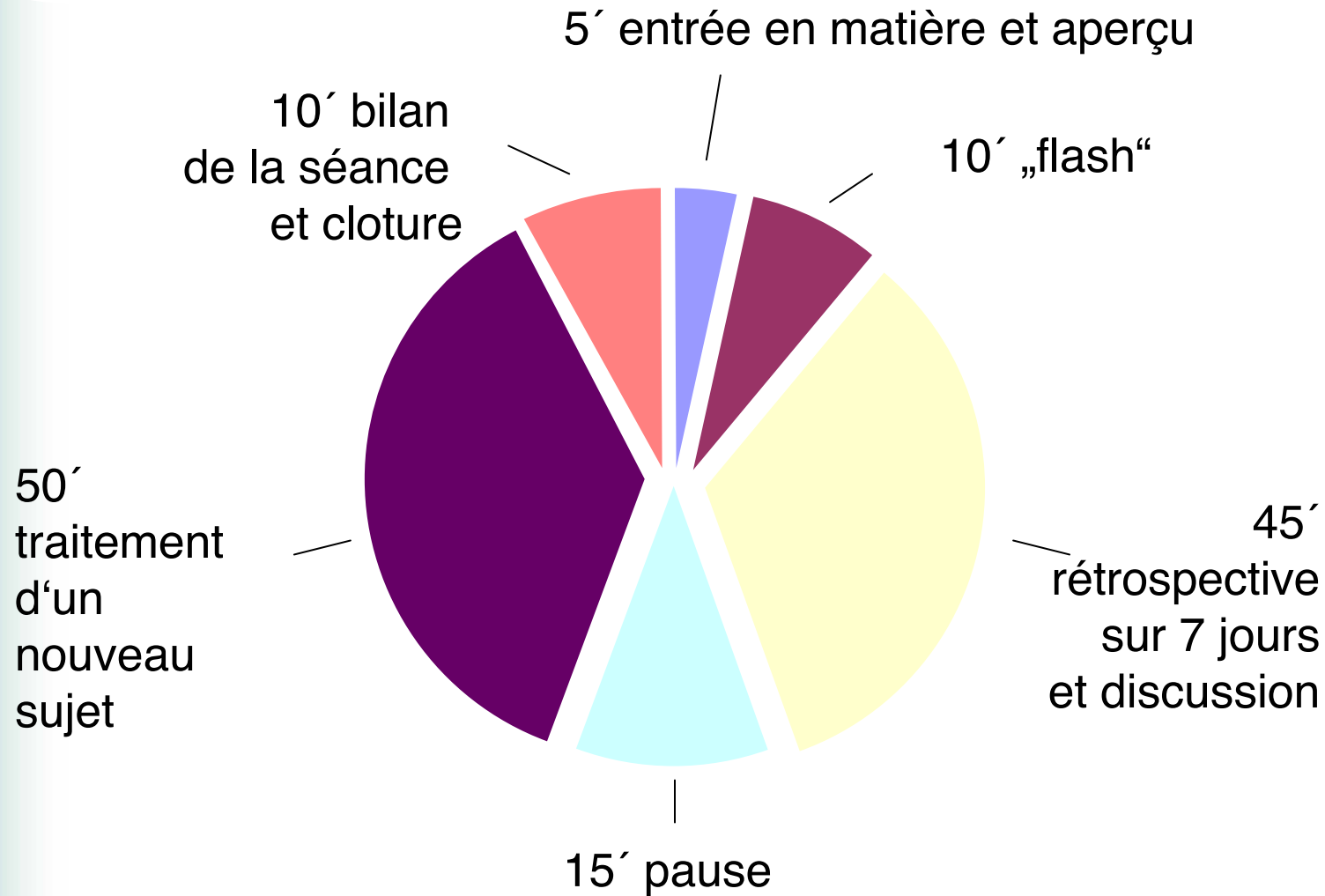
Contenu du résumé de diagnostic

- résultats de l'examen médical et du laboratoire
- anamnèse psycho-sociale (EuropASI)
- diagnostic (DSM-IV)
- AUDIT
- questionnaire DIA-X-SSQ-Screening - (co-morbidité psychiatrique)
- journal de consommation (valeurs de base) avec explications

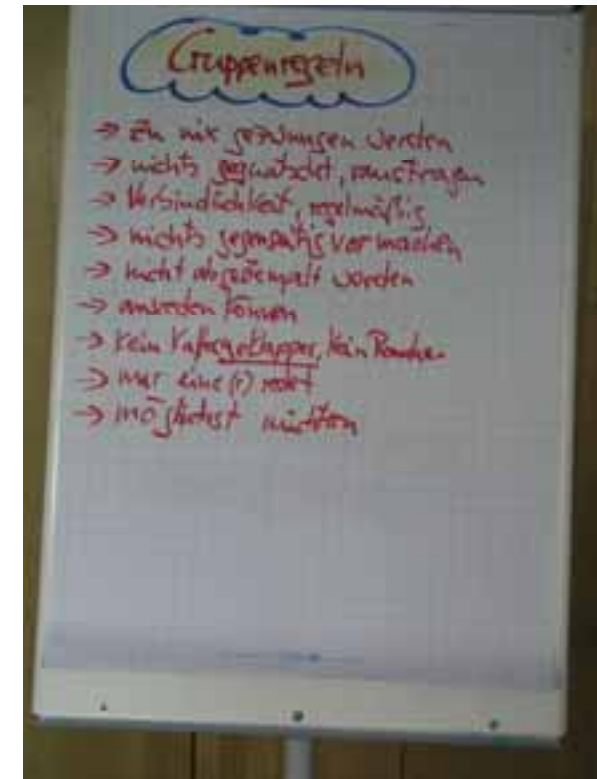
The image shows a thumbnail of a diagnostic summary form. It contains several sections with checkboxes and text fields. The sections include:

- Diagnose** (with a QR code)
- Diagnosekriterien**
- Diagnose** (with a sub-section for 'Diagnosekriterien') and a table with columns for 'ICD-10', 'ICD-9', and 'DSM-IV'.
- Diagnosekriterien** (with a sub-section for 'Diagnosekriterien')
- Diagnosekriterien** (with a sub-section for 'Diagnosekriterien')

Déroulement typique d'une séance



Impressions issues des groupes



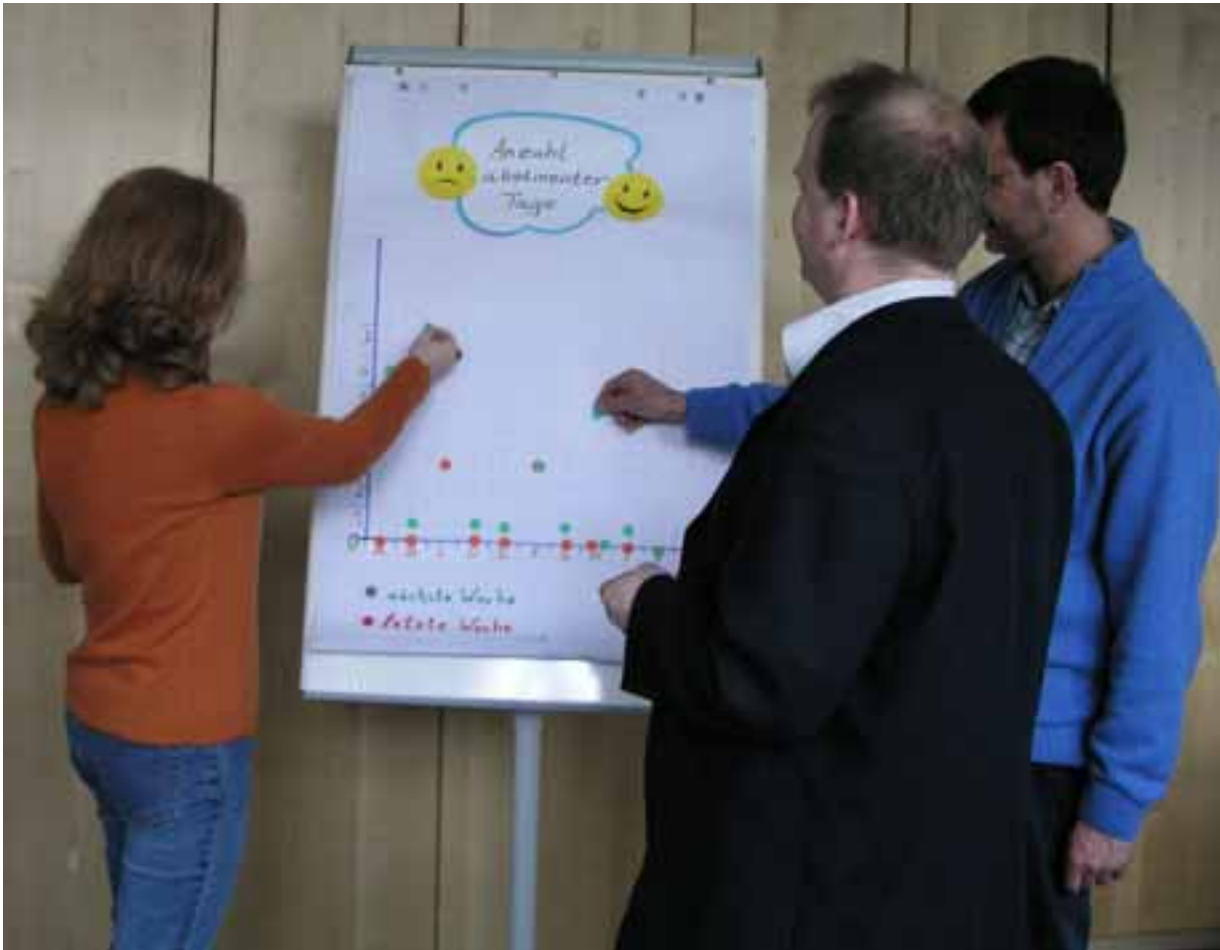
Impressions issues des groupes

Quizantworten

Frage	q1	q2	q3	q4	richtig
1	19,6	20	20	20	19,2
2	20		20	20	20
3	200		50	350	220
4	5		5	5	5
5	4		4+6	4	4+6
	0,2		0,2	0,1	0,2-0,5
	0,5		0,5	0,5	0,5
	1,2		1,6	1,6	1,6
40	4,5		3,8	4,0	4-5
4	5		5	5	4
7	7		5	4	



Impressions issues des groupes



Renfort et échanges professionnels dans le réseau de la consommation contrôlée

à travers

- Accompagnement personnel et informations
- Différentes mesures d'assurance qualité
- Soutien pour les relations publiques
- Programme d'évaluation à travers internet (CLOU)
- Plate-forme internet pour l'échange mutuel entre professionnels



Downloads

Forum

Adresses

Actualités

Commandes
de matériel

Evaluation
des résultats



The screenshot displays the website's navigation and content structure. At the top, there is a navigation bar with the logo 'Kontrolliertes Trinken' and a menu: 'Startseite', 'Fachkräfte', 'Presse'. Below this, a secondary menu lists: 'KT-Trainings', 'Veranstaltungen', 'Prof. Kollo', 'Projektgruppe', 'Kooperationen', 'Bestellungen'.

The main content area is divided into two sections:

- Top Section (Professional Focus):**
 - Left sidebar: '10 Schritte Programm zum selbstständigen Erlernen des kontrollierten Trinkens', 'Akt 1 - Ausgewähltes Gruppenprogramm zum kontrollierten Trinken', 'Was ist kontrolliertes Trinken', 'Hinweise auf weitere Gesundheitsprogramme'.
 - Right main area: A quote by William Shakespeare: "Wozu hätten wir Freunde nötig, wenn wir sie nie nötig hätten?". Below it, the heading 'ALKOHOL (SELBST) BESTIMMT' and the text 'HERZLICH WILLKOMMEN AUF DER SEITE VON KONTROLLERTES TRINKEN. IDENE PROGRAMME FÜR BETROFFENE, KRÄFTE UND INFORMATIONEN FÜR JOURNALISTEN.'
- Bottom Section (Professional Focus):**
 - Left sidebar: 'Hilfegründe zum kontrollierten Trinken', 'KT-Zusatzausbildungen und Materialien', 'KT-Programme in verschiedenen Arbeitsfeldern', 'KT-Merkzettel', 'Aufklärung von Informationsmaterial', 'Hinweise auf weitere Seminare und Weiterbildungen', 'KT-Programme vom Bundesrat (Stand der BSK als Projektion am 1. April)', 'Der Bundesrat der Eidgenossenschaft ist in Zusammenarbeit mit dem 10. Schritt des 10. Schritts...', 'Zur Startseite Betroffene', 'Zur Startseite Presse'.
 - Right main area: 'Angebot für Fachkräfte', 'Zur professionellen Vermittlung der Programme zum kontrollierten Trinken bieten wir folgende Trainings und nationale Unterstützung.', 'GESUNDHEITS (PROFI) HELFER', 'PROGRAMME FÜR FACHKRÄFTE AUS DEN BEREICHEN MEDIZIN, PSYCHOLOGIE, PSYCHOTHERAPIE, SOZIALARBEIT, SOZIALPÄDAGOGIK, SUCHTFRAGENHILFE, SELBSTHILFE, U.A.', 'Kontrolliertes Trinken' logo.

portail internet pour les professionnels et les personnes concernées

Aperçu

1. **Situation de départ**
2. Que signifie „travailler sans viser un certain résultat“?
3. Qu'est-ce que la „consommation contrôlée“ (= CC)?
4. CC: comment y arriver?
5. Pratique et praticabilité de la CC
6. Perspectives



Perspectives

- Pour les différents groupes cible, il y a des programmes distincts pour apprendre la consommation contrôlée (autodidacte, individuel, en groupe).
- Mis en pratique, les programmes ont fait leurs preuves dans les régions germanophones.
- Il y a un système d'assistance mutuelle des conseillers qui fonctionne dans le réseau.
- La traduction et l'adaptation aux besoins de la culture francophone est tout à fait imaginable et prometteur.

GK Quest Akademie

Maaßstr. 28

69123 Heidelberg

Tel. ++49 (0) 6221-7392030

info@gk-quest.de

www.gk-quest.de

www.kontrolliertes-trinken.ch

merci beaucoup