

Pierre Chappard

Président de Psychoactif
 Chef de service du CSAPA Trait d'Union – Oppélia
 Paris

Psychoactif, la réduction des risques à l'heure d'internet



La plateforme Psychoactif est née en 2006 sous la forme d'un forum, du constat de l'absence de groupe de parole d'usagers actifs pour parler de la réduction des risques (RDR) et des traitements de substitution. Il n'y avait pas de structure équivalente à Narcotiques Anonyme pour parler de réduction des risques. En 2012, l'association Psychoactif est créée pour porter juridiquement et financièrement la plate-forme. D'autres outils de témoignages sont mis en place : blog, réseaux sociaux, wiki, quiz... et la plateforme s'ouvre à toutes les drogues, licites ou illicites. La fréquentation explose, passant de 400 visites par jour en 2012 à plus de 12 000 visites en 2016.

Les objectifs de Psychoactif (plateforme et association) sont de deux ordres : pratique, en aidant les consommateurs par le partage des expériences et l'apport des études scientifiques, mais aussi politique : il s'agit de se servir des centaines de milliers de témoignages recueillis pour modifier les politiques publiques et les pratiques professionnelles sur les addictions. Par exemple, nous avons participé avec la Fédération Addiction à un livre, *Femmes et Addictions*, grâce aux témoignages du forum sur les femmes de Psychoactif¹.

Les consommateurs rencontrent Psychoactif principalement grâce aux moteurs de recherche. D'après une enquête, 66 % des membres ont connu la plateforme en cherchant des mots clés dans Google tels que « MDMA² », « poppers³ », « lamaline⁴ », « sevrage cannabis »... Une part non négligeable vient également des réseaux sociaux comme Facebook ou Twitter (10 %). Mais les usagers rencontrent aussi Psychoactif grâce à des liens « réels ». Plus de 10 % des membres de Psychoactif ont connu la plateforme par le bouche à oreille, en étant

orientés par un professionnel des addictions ou un autre usager. Cela brise l'idée d'une communauté internet entièrement virtuelle et déconnectée du réel. Une communauté web permet toujours de créer une communauté « non web » dans la « vraie vie », les membres d'une communauté la partagent toujours avec leur entourage. L'opposition entre le réel et le virtuel est déconnectée de la réalité !

Il y a plusieurs raisons pour s'inscrire et participer à la communauté Psychoactif. La première est la recherche d'interactions sociales par le biais du sujet « drogues », soit parce qu'on aime les drogues, soit parce qu'on a des problèmes avec. La deuxième est le besoin de reconnaissance. Sur Psychoactif, la connaissance sur les drogues et la réduction des risques sont valorisées, et les leaders sont avant tout des connaisseurs des drogues et de leurs usages. La troisième raison est la recherche d'efficacité et d'impression de contrôle sur les choses. Un exemple significatif est celui du sevrage, pour lequel les membres viennent se renforcer dans leur détermination, encouragés par les membres de la communauté. Enfin, la dernière raison est la recherche de communion. On discute et partage des expériences vécues, avec l'impression qu'on est dans une communauté unique. Par exemple, sur Psychoactif on lit souvent qu'il n'y a que là qu'on peut comprendre les problèmes d'addiction.

« Psychoactif est une organisation d'autosupport : elle est gérée par une équipe de 15 modérateurs et animateurs bénévoles, qui sont ou ont été consommateurs de produits psychoactifs. »

Psychoactif est une organisation d'autosupport : elle est gérée par une équipe de 15 modérateurs et animateurs bénévoles, qui sont ou ont été consommateurs de produits psychoactifs. Ce sont eux qui font vivre Psychoactif au jour le jour et qui sont le cœur de la communauté. Ils apportent et classent l'information, relancent et organisent les discussions, mais aussi font respecter les règles. Ces modérateurs ont été recrutés au fil des ans, parmi les leaders de la communauté. Quand ils sont engagés, ils doivent signer une charte pour s'assurer qu'ils sont en phase avec les valeurs de la plateforme, comme par exemple la fin de la primauté du sevrage et la priorité à la réduction des risques ou la nécessité de la dépénalisation de toutes les drogues...

Faire respecter les règles est une des tâches les plus importantes des modérateurs. Il faut que chaque personne puisse exprimer son témoignage en étant sûre de ne pas être jugée sur ses pratiques, par exemple quelqu'un qui partage ses

¹ Fédération Addiction. (2016). *Femmes et addictions. Accompagnement en CSAPA et CAARUD*. Collection Repères.

Pour télécharger ou commander le guide, nous vous invitons à consulter ce lien : <http://www.federationaddiction.fr/parution-du-guide-femmes-et-addictions-de-la-federation/>

² La méthylène-dioxy-méthamphétamine (MDMA) est une amphétamine.

³ Le poppers est une drogue qui a une action de dilatation de certains vaisseaux.

⁴ La lamaline est un médicament antidouleur qui associe un extrait d'opium, du paracétamol et de la caféine.

seringues, même (surtout) si celle-ci ne respecte pas les canons de la RDR. C'est cela qui permet la qualité et la sincérité du témoignage, et donc in fine la qualité de la plateforme. Pour favoriser le non jugement, nous demandons à chacun de s'exprimer à la première personne, en « je », et de répondre autant que faire se peut, à un témoignage par un autre témoignage. L'autre règle importante, c'est que la plateforme n'est pas un lieu d'échanges de « plan drogue », qu'il soit licite ou non. Toute personne qui propose un plan, ou qui en demande un, est bannie sur le champ.

Déstigmatisation

« Psychoactif a des apports spécifiques importants pour les usagers : elle leur permet de sortir de la clandestinité et de la solitude de leur usage. »

Psychoactif a des apports spécifiques importants pour les usagers : elle leur permet de sortir de la clandestinité et de la solitude de leur usage. Beaucoup d'usagers, du fait de la loi qui les pénalise et les stigmatise, ne peuvent parler de leur usage ni avec leur famille, ni au travail, ni avec leur entourage. En découvrant Psychoactif, c'est la première fois qu'ils peuvent s'exprimer publiquement sur leur usage avec un non professionnel, protégés par le relatif anonymat d'internet. Beaucoup de témoignages de Psychoactif commencent ainsi par « j'ai découvert que je n'étais pas seul ». Le corollaire à cette sortie de la solitude, c'est la déstigmatisation de l'usage et des usagers : ces communautés agrandissent l'espace social entre les catégories de malades et délinquants gravés par la loi de 70 de pénalisation de l'usage de drogues. Elles permettent de se penser autrement et d'expérimenter d'autres manières de vivre avec les drogues.

Éducation par les pairs

Psychoactif est aussi une communauté d'apprentissage social et d'éducation par les pairs capable de diffuser de nouvelles normes sur la réduction des risques. Par exemple, quand un usager injecteur arrive sur Psychoactif avec des problèmes de veines, avec des abcès, les membres de la communauté lui proposent d'essayer les nouveaux outils d'injection dont le filtre toupie (qui filtre les excipients mais aussi les bactéries)⁵, en racontant pourquoi ils l'utilisent et qu'est ce que ça a changé pour eux. Les consommateurs, plus que tout autre, savent trouver les mots justes pour faire changer les pratiques des autres usagers car ils utilisent les mots de la même culture. Le taux d'acceptation des filtres toupie est ainsi beaucoup plus haut sur Psychoactif que dans les CAARUD⁶ et CSAPA⁷.

Psychoactif permet aussi par exemple de hausser les compétences des usagers vis-à-vis de leur traitement. La molécule, le dosage, le nombre de prise, l'opportunité d'un sevrage, l'acceptation du traitement sont des sujets couramment discutés sur les traitements de substitution, et qui permettent ensuite aux usagers d'être au même niveau lors du rendez-vous avec le médecin.

La diffusion de normes sociales (usager citoyen) et de normes sur les pratiques était déjà un des buts des groupes d'autosupport d'usagers de drogues comme Asud⁸. Mais ce qui change radicalement avec Psychoactif et les autres communautés d'usagers comme Psychonaut⁹, c'est la dimension de masse d'internet. Psychoactif, c'est près d'un million de pages vues par mois. Tout le travail de diffusion des nouvelles normes est démultiplié, la réduction des risques se démocratise et devient accessible au plus grand nombre, et notamment aux consommateurs insérés, les grands oubliés du dispositif de RDR institutionnel français (CAARUD), embolisé par le traitement de la précarité. Une enquête sur Psychoactif a d'ailleurs analysé le cœur de la communauté et a montré que plus de 75 % des consommateurs participant à Psychoactif sont insérés : **plus de 60 % des répondants ont un logement personnel, plus de 53 % ont un revenu du travail et 22 % sont étudiants.**

Pour conclure, Psychoactif fait partie de la révolution internet des drogues. Comme l'internet 2.0 a bouleversé des domaines entiers de notre manière de vivre (les taxis avec Uber, les librairies avec Amazon, les hôtels avec Booking.com...), il va bouleverser la manière de faire de la réduction des risques. Le changement qui s'ouvre à nous est immense et les avancées technologiques comme les applications smartphone, la démocratisation du montage vidéo, ou encore les MOOC¹⁰ vont démultiplier les possibilités d'entrer en contact, de recueillir les témoignages et de faire passer des nouvelles normes de réduction des risques. La révolution ne fait que commencer.

⁵ Le filtre toupie est un filtre membranaire issu des laboratoires de biologie qui s'en servent pour stériliser leurs solutions. Il ne s'adapte actuellement que sur les seringues non serties. C'est le seul filtre qui protège des bactéries, champignons et excipients de médicaments.

⁶ Centre d'accueil et d'accompagnement à la réduction des risques des usagers de drogues (CAARUD).

⁷ Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA).

⁸ L'association Asud (Auto-Support des Usagers de Drogues) a été créée en 1992 afin de promouvoir la réduction des risques auprès des usagers et ex-usagers de drogues, soutenir toute personne prise en charge par le système sanitaire et social pour des questions relatives à son usage de drogues. <http://www.asud.org/>

⁹ Psychonaut est un forum de consommateurs ou non dédié aux drogues, psychédéliques en particulier, nouvelles drogues de synthèse, et d'information de qualités sur les drogues. <http://www.psychonaut.com/>

¹⁰ « Massive open online course » (MOOC) : cours en ligne gratuits et ouverts à tous.