



Compte-rendu de la séance de réflexion sur l'éthique

des élèves de Terminale G1 du lycée Bois d'Olive (97432 Saint-Pierre, La REUNION)

Le 31 mars 2026, dans le cadre des Etats Généraux de la Bioéthique 2026, nous échangeons en classe avec Dr Antok, directeur de l'Espace de Réflexion Ethique de La Réunion, praticien hospitalier réanimateur au CHU, et Dr Singainy, psychologue clinicien spécialiste des addictions au CHU de St-Pierre.

Les états généraux de bioéthique regroupent les réflexions des citoyens en vue de faire avancer dans la société les lois de bioéthique liées aux sciences médicales (par exemple sur la Procréation Médicalement Assistée, la Grossesse Médicalement Assistée, la loi sur l'aide à mourir etc.). Le Comité National Consultatif d'Ethique fait remonter les demandes au législateur qui pose les lois.

La question que nous avons abordée, pendant le cours de philosophie, avec Dr Antok et Dr Singainy est

« Qu'est-ce que l'addiction ? »

Au premier abord, le mot « addiction » semble simple, mais il est en réalité complexe à définir. Son étymologie latine renvoie à la notion d'esclavage, de servitude, plus précisément : d'aliénation.

Quels sont les différents types d'addictions ?

Une personne « addict » est accro à quelque chose : un sentiment ou une quête d'excitation, de satisfaction, d'apaisement ou encore d'échappatoire. C'est un mécanisme destiné à combler un vide ou un manque. Contrairement à l'habitude – qui est un réflexe, l'addiction est une pathologie de la volonté : « l'alcoolisme est plus fort que notre volonté ». L'addiction est souvent le symptôme d'une souffrance plus profonde (qui peut être liée à un traumatisme) et nécessite un accompagnement. Nous pouvons identifier :

- Les addictions aux produits : drogue, alcool, cigarette, sucre, extasie, le « dou », la « puff » (mentionnée spécifiquement chez les jeunes) ;
- Les addictions comportementales : téléphone, réseaux sociaux (pour éviter l'ennui), jeux vidéo (comparés à une dose de dopamine), jeu pathologique, sexe, sport, travail.

Boire beaucoup n'est pas nécessairement synonyme d'alcoolisme : nous distinguons la quantité, la fréquence et la maladie.

Drogues et alcools conduisent-ils à la dépendance ?

Nous avons pu parler de notre confrontation personnelle à l'addiction :

- Des membres de notre famille consommateurs de cigarettes, entraînant un mal-être et un comportement irritable ;
- Des proches atteints d'alcoolisme, entraînant un comportement ingérable ;
- Des jeunes addicts à la « puff » et aux écrans (dès qu'on se réveille, on regarde notre téléphone par réflexe comme un repère, on scrolle avec un sentiment d'ennui ou de manque, accentué par des réseaux sociaux addictifs).

En psychopathologie, pour qu'il y ait addiction (et non pas seulement habitude), il faut une majorité des critères suivants : une préoccupation fréquente ; une intensité et une durée plus importantes que celles voulues ; des tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement ; une survenue fréquente des épisodes quand la personne doit accomplir ses obligations scolaires, professionnelles, familiales ou sociales ; une perpétuation du comportement bien que la personne sache qu'elle aggrave un problème ; un besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet souhaité.

La dépendance devient pathologique à partir du moment où elle envahit l'existence du sujet.

Est-ce un trouble ou une maladie ?

Les personnes sont conscientes de ce qu'elles font. (Notre professeur rappelle l'idée de Descartes sur la liberté : « je peux suivre le pire tout en voyant le meilleur » et souligne que le sentiment de liberté peut être une illusion). Le paradoxe est le suivant : « Je le vois bien, je l'approuve, mais je fais le contraire ». Lorsqu'une personne addict dit qu'elle va arrêter, mais n'y arrive pas : ce n'est pas un mensonge, insiste Dr Singainy. Y a-t-il des différences de degré ?

Nous avons abordé la possibilité de substituer une addiction par une autre (par exemple l'alcool par le sucre ou le sport), tout en notant que cela doit être encadré et reste complexe.

L'addiction est-elle toujours néfaste ?

Oui, l'addiction entraîne la personne dans une situation progressive de mal-être, et favorise son isolement (éloignement des proches, des amis ou de la famille). Un travail de modération ou de sevrage est nécessaire ; par exemple, une personne addict au travail peut avoir l'impression d'être efficace, alors qu'en réalité son corps ne suit pas.

Travail de réflexion (en ilots, par groupes)

Les docteurs nous ont soumis une étude de cas clinique, à propos d'une jeune femme hospitalisée au service des addictions. Son parcours illustre le cycle de la violence et de la dépendance. Pour cette femme, l'alcool lui-même n'était pas un manque de combativité, mais une manière de réagir aux violences qu'elle a subies (viol, maltraitance). C'était son seul moyen de supporter l'insupportable. À la question : « Qu'est-ce qui m'a amenée ici ? », elle répond : « Par l'alcool ». L'addiction est ici un moyen d'oublier. Même si elle était violemment maltraitée, elle restait « par conviction d'être aimée ». Après son incarcération, son conjoint a mis ses menaces à exécution dès sa sortie de prison, et l'a tuée devant sa fille.

Qu'est-ce que l'autonomie ? nous demande Dr Antok. Être autonome, c'est être capable de se dicter soi-même (*auto*) sa propre loi (*nomos*). Or la femme sous emprise ou la personne addict n'est « jamais libre des mécanismes de son libre-arbitre ». On nous rappelle l'importance de ne pas la juger (moralement). La société ne comprend pas toujours que pour la victime, l'autre ou

le produit peut donner l'impression d'exister ou de se sentir vivant. Ces mécanismes psychologiques sont complexes et dépendent de l'expérience vécue de chacun.

À la fin de la séance, nous avons échangé autour du témoignage (lu par Dr Singainy) d'un homme addict. Ses propos étaient forts et nous ont donné une vision nouvelle sur le sentiment de liberté que ces personnes peuvent éprouver – un sentiment ambivalent. Il nous interroge sur ce qui surpasse la raison.

L'addiction nous questionne sur la volonté, la liberté et la dépendance. Le sens commun confond souvent la liberté et l'indépendance. Au cours suivant, notre professeur de philosophie nous fait étudier un texte de Rousseau qui distingue au contraire la liberté et l'indépendance (extrait de la *Huitième Lettre écrite de la montagne*, 1764).

Les élèves de TG1, Lycée Bois d'Olive