ADDICTIONS : PRÉVENIR, INFORMER ET PROTÉGER LES ÉLÈVES

Les adolescents sont particulièrement exposés aux risques d'addiction : jeux vidéo, tabac, alcool ou drogues. Au collège votre enfant bénéficie de séances d'information et de prévention aux conduites addictives.

EN BREF

- L'adolescent est particulièrement exposé aux conduites addictives.
- Une prévention des conduites addictives dès l'entrée au collège.
- Des interlocuteurs à contacter en cas de risque.

Qu'est-ce qu'une addiction ?

D'après la définition de l'Inserm, l'addiction est la **relation de dépendance d'une personne à une substance**, dont elle ne peut plus se passer en dépit de sa propre volonté, et en dépit des conséquences négatives qu'elles peuvent entraîner sur sa santé, selon la définition de l'Institut national de la santé et de la recherche médicale.

La période la plus propice au développement des addictions se situe entre 15 et 25 ans. Les premières consommations de substances addictives licites et illicites ont donc souvent souvent lieu à un âge où le cerveau, à cause de son immaturité, est le plus vulnérable à leurs effets toxiques.

Pour en savoir plus, le site de la mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives.

À SAVOIR

Les chiffres de l'addiction chez les jeunes :

49 % des jeunes de 17 ans, soit près d'un sur deux, déclarent une

alcoolisation ponctuelle importante (au moins 6 verres d'alcool lors d'une même occasion) dans le mois ;

32 % des adolescents de 17 ans sont des **fumeurs** quotidiens ;

48 % des jeunes de 17 ans **ont expérimenté le cannabis** et 9 % en consomment régulièrement.

Source : "Drogues, chiffres clés 2017", OFDT

La prévention des conduites addictives

Dès l'entrée au collège, les professeurs abordent la question des conduites addictives dans le cadre des enseignements. Ces séquences d'information peuvent prendre la forme d'un débat, ou de la projection d'un film en classe.

La prévention passe par :

- des connaissances relatives aux effets des produits (tabac, alcool, cannabis) sur la santé et le bien-être, et un rappel de la législation en vigueur ;
- le développement des compétences psychosociales, permettant notamment une mise à distance critique des stéréotypes et des pressions sociales poussant à la consommation ;
- l'attention que chaque membre de l'équipe éducative porte aux élèves, et en particulier à ceux présentant des signes d'alerte ;
- les moyens donnés au jeune pour demander de l'aide, dans et hors de l'école.

Des séances d'information peuvent être animées avec des partenaires de l'école, associatifs ou institutionnels. L'objectif est de transmettre aux adolescents des connaissances, des compétences et des attitudes, pour qu'ils puissent avoir conscience des effets bénéfiques ou néfastes de leurs comportements.

Quels sont les signes d'alerte ?

Si votre enfant vous semble préoccupé en rentrant de l'école ou si vous constatez un changement de comportement majeur (sommeil, appétit, dépenses, difficultés relationnelles…), n'hésitez pas à en parler avec lui et à lui faire part calmement de votre inquiétude. Vous trouverez davantage de conseils pour aborder ce moment délicat en vous référent au site drogues-info-service.

ASTUCE
MALLETTE

Pour prévenir les addictions, quelques réflexes à adopter à la maison :

L'exemplarité : il est plus simple de demander à son enfant de limiter son temps devant les écrans si les adultes qui l'entourent observent cette même règle.

Instaurer le dialogue : lorsque l'on aborde la question des risques, il convient de ne pas se laisser déborder par ses peurs et émotions. Eviter de dramatiser sans pour autant banaliser.

Fixer des règles : instaurer un temps de "consommation d'écran", éviter les écrans au coucher, distinguer les produits licites des produits illicites, sensibiliser contre tout excès et aborder la question de la dépendance.

Mettre en valeur les comportements positifs de son enfant pour instaurer ou restaurer un climat de confiance.

Quels interlocuteurs pour aider son enfant à sortir d'une addiction ?

Si votre enfant a besoin d'être pris en charge, des personnes peuvent vous aider, n'hésitez pas à rencontrer celles de l'établissement scolaire. L'infirmier, l'assistant social, le conseiller principal d'éducation, le professeur principal ou le chef d'établissement sont à votre écoute.

Le médecin de famille reste évidemment un interlocuteur essentiel.

Vous pouvez aussi vous tourner vers :

- **Les centres jeunes consommateurs (CJC)** : pour les 12 à 25 ans. Après une première évaluation de la situation globale du jeune (scolarité, liens amicaux, mal-être éventuel), le professionnel et le jeune choisissent la prise en charge la mieux adaptée. Une écoute attentive, des informations précises et des espaces d'échange avec d'autres parents vous seront proposés.
- **Les maisons des adolescents (association nationale des maisons des adolescents)** sont des lieux de rencontre et d'échange, qui accueillent, de manière gratuite et anonyme, les adolescents de 11 à 25 ans, et s'adressent également à leurs familles pour répondre à leurs préoccupations (médicale, scolaire, juridique, sociale…).

À SAVOIR

Il est interdit de vendre ou d'offrir gratuitement aux mineurs de moins de 18 ans, dans les débits de boissons et de tabac, les commerces ou lieux publics :

- toute boisson alcoolisée ;
- tout produit du tabac ou leurs ingrédients, y compris le papier et le filtre.

La personne qui délivre l'un de ces produits, exige du client qu'il établisse la preuve de sa majorité (CSP L 3512-12 et L 3342-1).

Il est interdit de fumer dans tous les établissements d'enseignement, publics et privés, de la maternelle au lycée (CSP R3512-2 et R3512-3)

POUR ALLER PLUS LOIN

Le site MAAD-Digital fait avec les jeunes, pour leur expliquer les mécanismes des addictions à l'alcool et aux drogues et décrypter les fausses informations.

La consommation de drogue chez un proche : les recommandations de drogues-info-service.fr

Fil santé jeunes est un service anonyme et gratuit à destination des jeunes de 12 à 25 ans (tel : 0 800 235 236).

Publié le 28 août 2018