

**Adolescents et consommation de drogues (alcool, tabac, cannabis), que faire ?
Aude Stehelin et Jean-Pierre Couteron**

La société

Il y a quatre grands mouvements de fond :

- Estompage des cadres. Ce qui structure notre société a été modifié. Appartenir à une communauté quand on est adolescent est tranquilisant, mais quand cette communauté a des faiblesses on les adopte (ceux qui fument, ceux qui boivent...). Il y a plus de liberté mais plus d'angoisse aussi. Les drogues permettent de traiter l'angoisse et le sentiment d'appartenance.
- Culture de l'instantanéité, de l'immédiateté. Aujourd'hui la sensation est plus importante que le récit. Il y a une culture de l'intensité, de l'abus et de l'excès (binge drinking) que l'on retrouve également dans le sport (au tennis, mesure de la vitesse des balles, la puissance fait le point...). Les repères temporels s'arrêtent et on ne sait plus se déconnecter.
- Société de la compétition. La culture de la fête pour se défouler et la culture de la performance entraînent la prise de produits dopants.
- Equilibres économiques. Des enjeux d'argent vont intervenir. Il y a des quartiers qui produisent et des quartiers qui consomment.

Ces 4 paramètres (mutation économique, mutation technologique, une pression à la réussite et des enjeux économiques déséquilibrés) font que l'on est dans une augmentation des enjeux addictifs.

La société ne facilite pas le travail éducatif qui consiste à faire contrepoids à l'addiction. Le contexte social complique le rôle des parents et des éducateurs. Les enfants ne sont pas totalement responsables.

Nous avons collectivement du mal avec la frustration, la recherche de la performance conduit à la consommation de drogues.

L'éducation

- La transmission n'est plus transversale et la posture d'autorité n'est plus là car l'information est en accès libre grâce aux progrès technologiques. L'accès au savoir ne place plus les enfants dans la posture de se référer à l'autorité. L'entrée horizontale ne remplace pas la totalité de la transmission.
- Ils n'ont pas l'expérience de vie, il faut donc la leur transmettre. Faire une expérience c'est comprendre les enjeux de cette expérience.
- Il faut une éducation plus préventive et prévoir des filets de sécurité, car quelques soient les limites, elles ne seront pas forcément respectées (ex des images sur internet sur lesquelles on tombe par hasard).

Nous sommes dans une société addictogène et dans laquelle les outils de l'éducation ont été modifiés.

L'adolescent

L'adolescence est une période sensible. Il y a des évolutions au niveau du cerveau, une transformation pubertaire et des enjeux sociaux qui se juxtaposent. Entre 15 et 25 ans le système pré frontal se met en place mais le système de contrôle intervient en dernier, il y a donc dans ces années un besoin d'expérimenter. La rencontre de la puberté est une expérience qui change le corps à des rythmes différents, c'est une source de déséquilibres entre les adolescents. Avoir quelques années de plus dans le regard des autres à cet âge-là, ou être regardé autrement est important. Les substances chimiques permettent de devenir un autre. Il ne faut pas nier les fonctions chimiques qui sont fortes.

Les 3 enjeux de l'adolescence :

- Maturation
- Pubertaire
- Prise d'autonomie

Pour qu'il y ait addiction il faut qu'il y ait des produits et tout est fait pour que les adolescents aillent vers les produits.

Les produits :

- Tabac
 - Alcool
 - Cannabis (le plus populaire des produits interdits)
 - Les écrans
-
- Les risques du cannabis
 - Psychiatriques
 - Maladies respiratoires, cancer dus à la composition du produit
 - Risque sur les grandes fonctions exécutives. Les effets du produit sont ressentis comme agréables mais c'est parce que cela déconnecte des fonctions exécutives. La perception, l'organisation et la prise de décision sont mis en suspens par le cannabis.
 - Risques réels d'accidents après avoir consommé

Ce produit ne permet pas de résoudre les problèmes, il les met à distance. A moyen ou à long terme, la drogue est un piège, à l'heure où on voudrait être indépendant, l'enfant devient addict. Le produit retarde les apprentissages de compétence et de savoir-faire.

- L'alcool est un produit banalisé mais il faut être très vigilant. C'est un produit de consommation courante qui permet de trouver l'ivresse.

ALCOOL, repères pour accompagner votre adolescent

15 ans	16-17 ans	18 à 21 ans
Soirée autorisée à domicile Adultes présents Pas d'alcool	Soirée à domicile ou à l'extérieur Adultes présents au retour Alcool encadré et limité	Possibilité de dormir à l'extérieur Mode de transport et heure de retour à prévoir Autonomie avec l'alcool

Atténuation du contrôle parental **Responsabilisation**
Appropriation des règles par l'adolescent

Maintien de la bienveillance
Quoi qu'il arrive, rappelez à votre adolescent que vous restez disponible pour lui

et toujours...
Echanger avec votre adolescent sur les stratégies de protection possibles et anticiper des portes de sortie : numéros d'urgence et adultes à joindre.

le trait d'union

Coopération
Parents
Enseignants

le trait d'union

Fonction éducative

On est tenté de :

- Regretter le temps d'avant.
- Chercher un coupable.
- Construire des murs pour protéger nos adolescents.
- Se piéger dans un non-dialogue. Les parents sont dans l'avenir, les adolescents sont dans le présent.
- De déléguer à quelqu'un d'autre le problème. Mais les parents sont indispensables.

Les injonctions *c'est dangereux, c'est interdit, ne te laisse pas influencer...*, sont inaudible pour les adolescents. L'expérience ressentie comme agréable est plus forte que l'injonction.

Quatre axes d'action

- Informer sur les risques : donner une information juste et valable. (drogue info service).
- Limiter l'accès. Si dès tout petit on interdit l'accès aux écrans, aux bonbons, en grandissant il intériorisera les règles qui seront valables pour l'accès au plaisir.
- Augmenter les compétences. Il faut contrecarrer les expériences nocives par d'autres activités.
- Anticiper les aides, identifier vers qui on peut se tourner.
- Il faut identifier les besoins de l'adolescent. La cible n'est pas le comportement addictif mais le besoin sous-jacent.

L'éducation préventive

- Utiliser les outils de l'éducation pour rééquilibrer les tendances.
- Favoriser la relation.
- Ne plus confier aux objets un pouvoir (taxi par ex).
- Développer la sensorialité.
- Responsabiliser.
- Diversifier les offres.
- Inciter à l'ennui.
- Se centrer sur l'instant présent à ralentir.
- Le soutenir dans le développement de son attention et de sa concentration.
- Gérer son stress, apprivoiser ses émotions.

Si l'on veut fermer la porte au produit, il faut se dégager de la fonction du produit, diversifier les offres, changer le mental de l'adolescent en lui proposant des solutions différentes.

Trois étapes pour agir durablement :

- S'engager dans la relation.
- Motiver le changement (diversification des expériences).
- Soutenir le changement.

Les Consultations Jeunes Consommateurs sont des accompagnateurs.

- Un dispositif spécifique pour les jeunes et les familles
- Un espace gratuit et confidentiel
- Un lieu où le jeune peut faire le point
- Une aide appropriée à l'entourage familial
- Un partenaire privilégié pour les établissements scolaires et les dispositifs jeunesse

Pour aller plus loin :

Adolescents et cannabis, que faire ? éd. Dunod, 2017

Drogue info service

Le site MAAD DIGITAL : www.maad-digital.fr

CSAPA Boulogne Billancourt Trait d'Union 154 rue du Vieux Pont de Sèvres 92100 Boulogne

Tél : 01.41.41.98.01 consultation confidentielle et gratuite