

Une
approche
relationnelle
des consommations
de psychotropes

en
mille

MORCEAUX

Brochure
d'accompagnement
pédagogique
pour le secondaire
supérieur



**INFOR
DROGUES**

UNE AUTRE ÉCOUTE

L'approche relationnelle des consommations de psychotropes

Pour beaucoup d'enseignants (et d'éducateurs au sens large), les adolescents ont parfois, souvent, passionnément... des comportements excessifs. Trop d'internet, de Facebook, de jeux, d'alcool, de cannabis, etc. C'est vrai que ces différents objets sont très présents et parfois bien difficiles à gérer, même par les adultes ! Infor-Drogues a demandé à Nicolas Ancion d'écrire un roman pour les 15-17 ans qui décrirait les vies croisées de quelques jeunes, eux aussi confrontés à tous ces objets. A travers leurs parcours, leurs relations, leurs familles, leurs espoirs et leurs difficultés, le lecteur découvre comment chacun d'entre eux se débrouille : avec excès... ou pas. Le pari du livre est de faire découvrir les relations entre le personnage de fiction, son environnement et son comportement. En effet, pour agir sur des comportements, il est important d'en

« Pour comprendre la consommation de psychotropes, il faut réfléchir aux relations humaines. »

comprendre le sens.

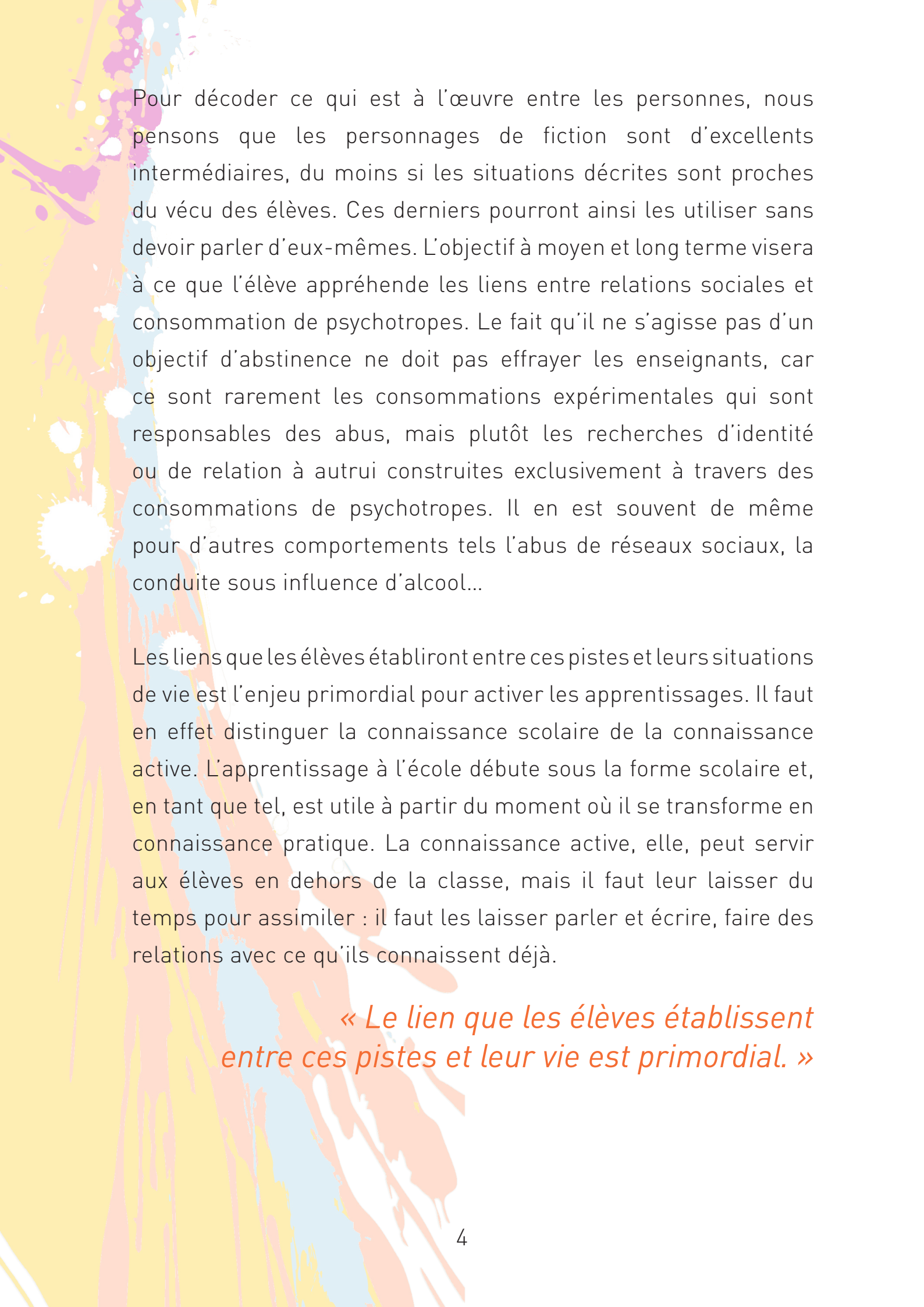
Nous agissons bien souvent en fonction des autres, de nos relations aux autres c'est-à-dire

de ce que nous voulons qu'ils pensent de nous, de la qualité des rapports que nous voulons avoir avec eux, etc. Dès lors, pour comprendre des comportements tels que la consommation de psychotropes (mot qui désigne les produits « qui donnent une direction à la pensée » c'est-à-dire les drogues légales et illégales), il nous faut réfléchir aux relations humaines.

Une telle approche se distingue radicalement d'une approche centrée sur les produits. Cette dernière suppose que l'augmentation des connaissances à propos des drogues et des 'drogués' suffira pour empêcher la consommation de ces substances. Différentes études ont démontré que cette méthode ne diminuait en rien les pratiques d'expérimentation des drogues. En effet, parler des produits et de leurs effets ne dit strictement rien du pourquoi certains en consomment et d'autres pas. De même, comme pour l'alcool, ce sont aussi les circonstances qui sont déterminantes dans l'apparition de problèmes ou non. Même si le consommateur n'en a pas toujours conscience, l'alcool (mais aussi les autres drogues) est essentiellement consommé pour des raisons sociales. C'est notamment parce que l'alcool modifie notre comportement social, c'est-à-dire notre relation aux autres que nous le consommons. Dès lors, une approche centrée sur les produits qui s'en tiendrait aux effets toxiques risque de rater l'essentiel.



Même si cela peut paraître difficile à croire, la plupart de nos comportements ne sont pas le fruit d'une décision consciente et raisonnée qui aurait longuement pesé le pour et le contre. Si un humain est « pris » par un comportement qu'il répète, c'est souvent qu'il n'a pas conscience de la motivation profonde de ce comportement. De nombreux fumeurs n'ont, par exemple, pas du tout conscience qu'ils commencent à fumer pour paraître plus âgés ou pour faire partie d'un groupe.



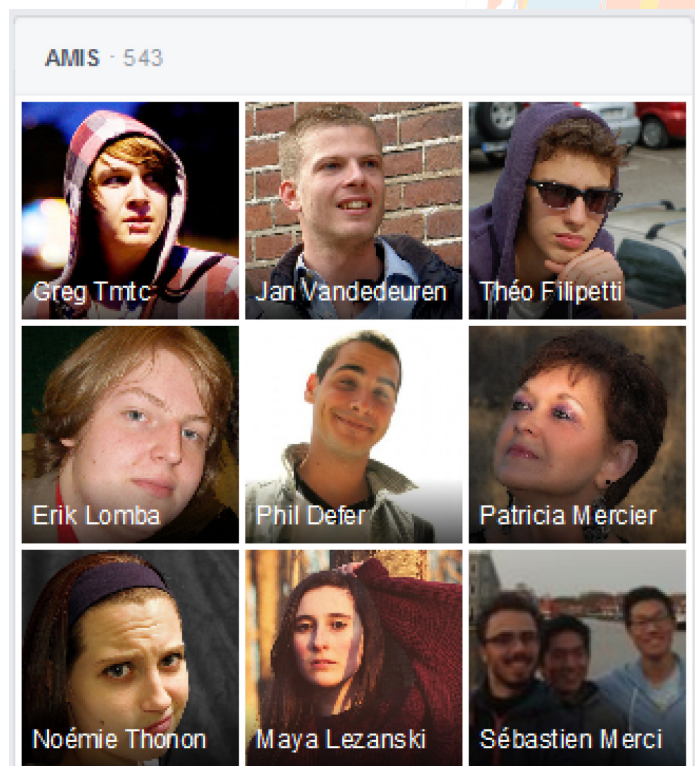
Pour décoder ce qui est à l'œuvre entre les personnes, nous pensons que les personnages de fiction sont d'excellents intermédiaires, du moins si les situations décrites sont proches du vécu des élèves. Ces derniers pourront ainsi les utiliser sans devoir parler d'eux-mêmes. L'objectif à moyen et long terme visera à ce que l'élève appréhende les liens entre relations sociales et consommation de psychotropes. Le fait qu'il ne s'agisse pas d'un objectif d'abstinence ne doit pas effrayer les enseignants, car ce sont rarement les consommations expérimentales qui sont responsables des abus, mais plutôt les recherches d'identité ou de relation à autrui construites exclusivement à travers des consommations de psychotropes. Il en est souvent de même pour d'autres comportements tels l'abus de réseaux sociaux, la conduite sous influence d'alcool...

Les liens que les élèves établiront entre ces pistes et leurs situations de vie est l'enjeu primordial pour activer les apprentissages. Il faut en effet distinguer la connaissance scolaire de la connaissance active. L'apprentissage à l'école débute sous la forme scolaire et, en tant que tel, est utile à partir du moment où il se transforme en connaissance pratique. La connaissance active, elle, peut servir aux élèves en dehors de la classe, mais il faut leur laisser du temps pour assimiler : il faut les laisser parler et écrire, faire des relations avec ce qu'ils connaissent déjà.

« Le lien que les élèves établissent entre ces pistes et leur vie est primordial. »

Le roman

Ils s'appellent Léa, Franck, Karine, Greg ou encore La Sorcière, ils sont tous adolescents et ils viennent d'apprendre le décès d'une des leurs : Jessica. Certains sont de grands amis, d'autres la connaissaient moins, mais chacun est touché par cette mort et chacun fantasme : de quoi est-elle morte ? S'est-elle suicidée ? Est-ce un accident ? Une maladie ? Chacun échafaude une hypothèse sur base de ses propres comportements à risque. A travers les personnages et leurs prises de risques, « En mille morceaux », le roman de Nicolas Ancion, va tenter de faire comprendre que les motivations des personnages sont le plus souvent relationnelles (pour faire plaisir, pour séduire, pour faire partie du groupe, pour paraître ceci ou cela, etc.).



Le site internet

En accompagnement du roman, Infor-Drogues a créé le site internet **enmillemmorceaux.be**. Il s'agit d'offrir la possibilité au lecteur du roman de retrouver les principaux personnages et leur univers. Ce n'est pas parce qu'on a fini de lire un roman que les personnages cessent d'exister. Ils continuent à vivre.

Le site web permet de découvrir notamment une vidéo d'Erik, des statuts du compte Facebook de Karine, un nouveau billet sur le blog de la Sorcière. Il y a aussi Greg qui pense à ses potes depuis son lieu de vacances et Léo qui se pose encore quelques questions... Bref, le site propose de poursuivre, sur un mode bien connu des élèves, notre relation avec les personnages.

Jumeaux

Père
Karine

Mère
Karine

Père
Léa

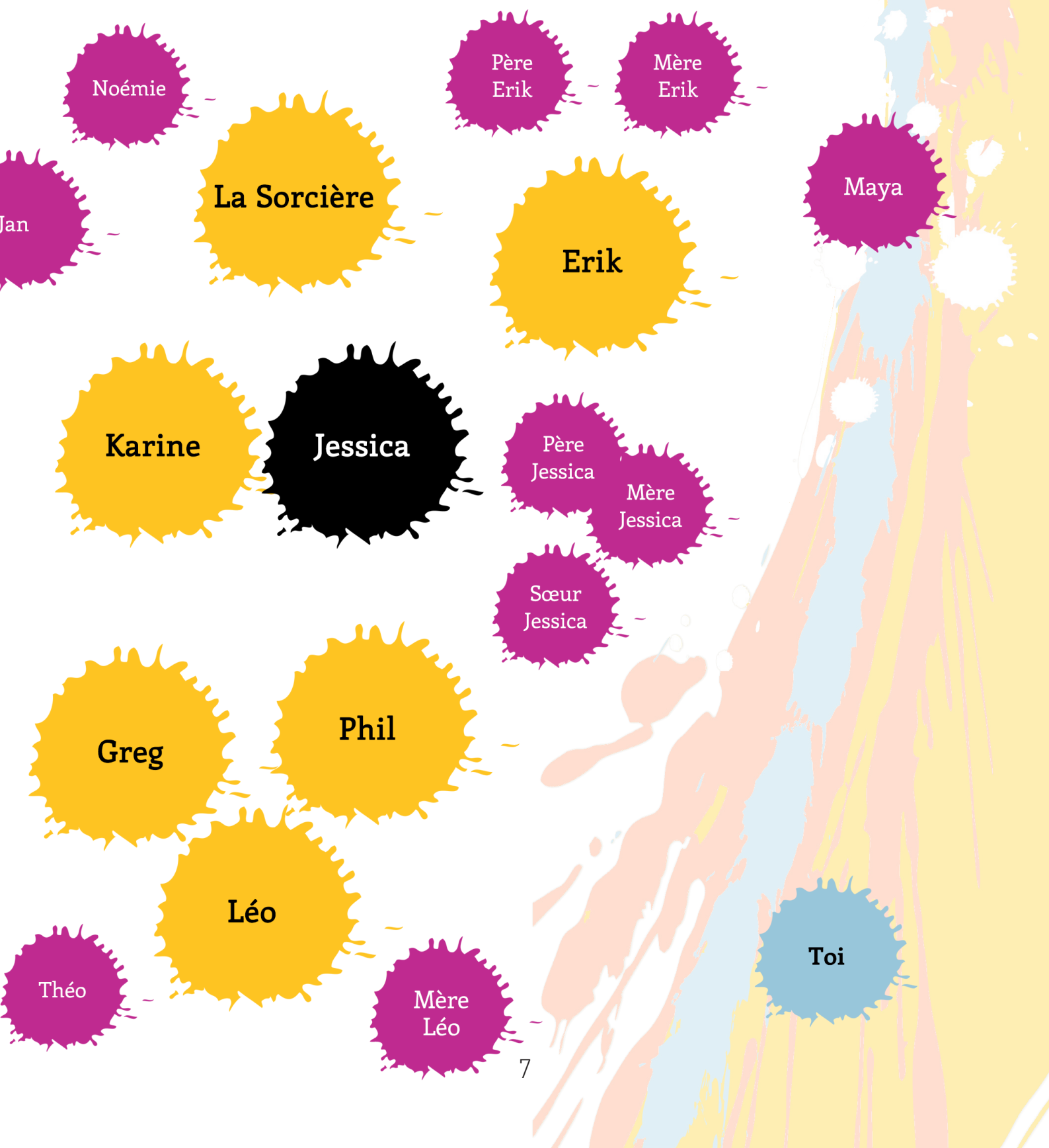
Léa

Franck

Mère
Franck

Oncle
Franck

Dans la partie «Toi», le site pose aussi des questions au lecteur du roman : dans cette situation, réagirais-tu plutôt comme Franck, comme Léa ou comme un autre personnage ? Comment expliques-tu tel choix de tel personnage ? Le site peut ainsi servir une réflexion individuelle quant aux motifs de consommations dans la vraie vie.



Des pistes pédagogiques, mais pour qui ?

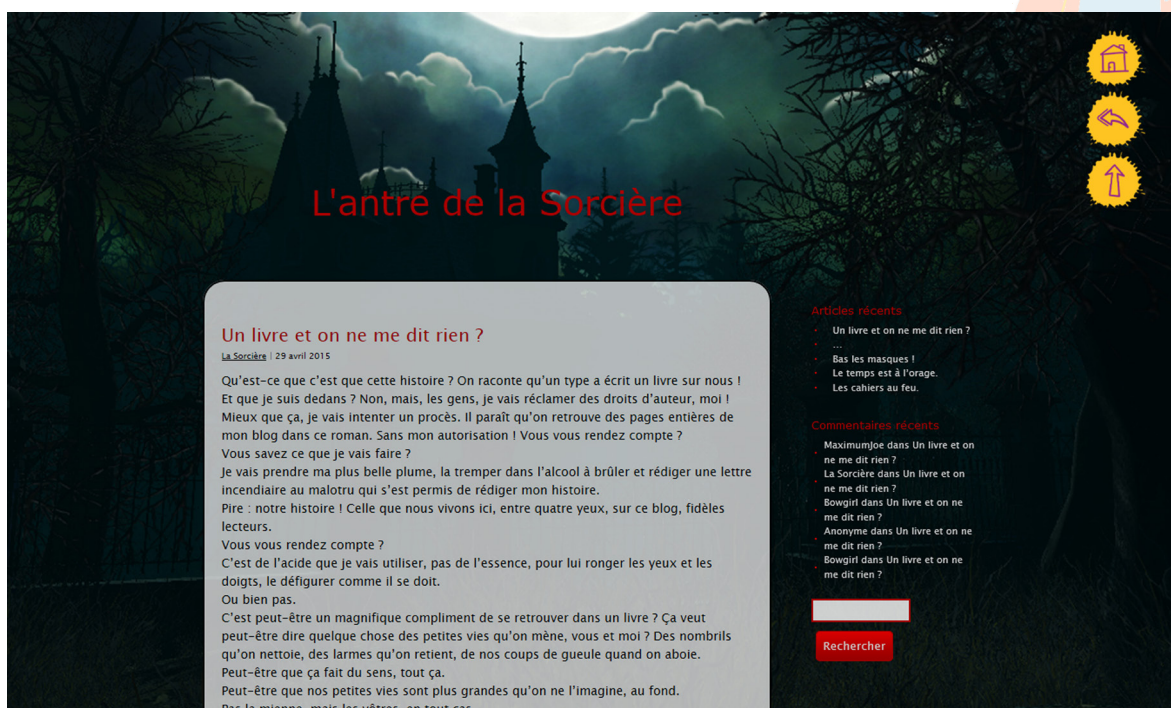
Les compétences que ces quelques pistes pédagogiques tentent de développer chez les élèves se veulent larges et utiles au-delà de la consommation de drogues illégales. A partir des situations du livre, les activités que nous proposons peuvent, selon nous, être mise en œuvre par différents enseignants :



- Les titulaires de classe. Ils ont un rôle central de relais et d'écoute des élèves. Certains disposent d'une heure de titulariat par semaine.
- Les enseignants du cours de français¹. Lire et comprendre des textes ; analyser des personnages sont au cœur des compétences qu'ils développent.
- Les enseignants de sciences économiques et sociales. Une analyse de la consommation de psychotropes à travers les dimensions publique et privée, individuelle et collective. Cela permet une compréhension de certains comportements économiques et sociaux.

¹ Des idées de pistes pédagogiques nous ont été proposées par Sophie Bada – enseignante au Collège Saint Joseph (Chênée) et à l'Institut Sainte Thérèse d'Avila (Chênée) – elle se trouvent sur le site : www.enmillemorceaux.be/pistes/francais.

- Les enseignants de biologie : à travers les effets des psychotropes sur le cerveau et les émotions, quels sont les buts recherchés des consommateurs ?
- Les enseignants de religion, morale et encadrement pédagogique alternatif : nous baignons dans ce que nous appelons une « société de consommation » qui nous propose ce moyen pour atteindre le bonheur. L'approche relationnelle a pour objectif de questionner ce moyen en mettant en avant l'importance des relations humaines.
- Les éducateurs. En tant que professionnel chargé de l'éducation, de la prévention et de la médiation, l'éducateur est intéressé au premier chef par l'approche relationnelle. Il serait particulièrement intéressant pour les éducateurs de pouvoir travailler cette thématique à long terme, par exemple en programmant une mise en œuvre de certaines pistes durant les heures de fourche.



Les pistes pédagogiques

1. Prendre ou ne pas prendre ?

Dans le roman, Franck propose à deux moments différents un comprimé d'amphétamine à sa petite amie Léa. La première fois, Léa accepte le comprimé mais le refuse la seconde.

Objectif

Les élèves vont découvrir que les motivations de Léa ne sont pas fonction des effets des comprimés, ni de l'expérience de consommation déjà réalisée par Léa. À la question de savoir quel est le facteur essentiel à l'acceptation du comprimé, l'élève mettra en évidence que c'est le lien entre Franck et Léa. Une fois Léa souhaite renforcer cette relation et l'autre fois, elle veut s'affirmer face à lui.



Compétences

Elles sont transversales aux différents cours. Outre la mise en œuvre de la lecture, il s'agit de la construction du sens. Notre bien-être ne vient pas forcément du fait que l'on observe bien les règles ou que l'on ne prenne aucun risque. Le bien-être vient d'une relation positive et/ou telle qu'on la souhaite avec nos proches.

Déroulement de l'activité

- Lecture individuelle des deux passages. Le premier passage va de la p.6 « Moi, avec Franck... » jusqu'à la p.9 « ...grands battements d'ailes », et le second de la p. 18 « Il a fallu une bonne demi-heure... » à la p.22 « ...dans la bonne direction. »
- Par groupe de deux, les élèves réfléchissent aux raisons pour lesquelles Léa accepte puis refuse le comprimé.
- Chaque groupe exprime la ou les raisons qu'il a trouvée(s). L'enseignant les note au tableau.
- S'il n'y a pas de consensus, l'enseignant demande à l'ensemble de la classe quelles seraient les raisons les plus pertinentes.

Approfondissement possible

De son côté, Franck consommait vraisemblablement déjà des comprimés d'amphétamines avant de rencontrer Léa. Le roman montre que Franck a des difficultés à s'affirmer face à sa mère. Sur base d'éléments présents dans le roman, les élèves sont invités à émettre des hypothèses quant au lien entre la mère de Franck, son travail pénible à l'entrepôt et sa consommation d'amphétamines. L'idée est de percevoir que les amphétamines peuvent être utile à « tenir le coup » dans son boulot. Idée aussi qu'il est peut-être difficile de critiquer (ou de quitter) un travail procuré par son oncle... Les élèves peuvent aussi répondre aux questions du quizz « Sais-tu lire entre les lignes? » sur le site enmillemmorceaux.be.



2. Les deux niveaux de l'échange

Léo a bu trop d'alcool, le lendemain il a une gueule de bois du tonnerre. Quand il boit, il ne se sent pas responsable, il a du mal à refuser de boire surtout si c'est son pote Greg qui lui propose. Il l'admire bien trop pour cela.



Objectif

À la suite de l'activité précédente dans laquelle les élèves ont identifié la motivation relationnelle, il s'agira à présent d'isoler cette motivation de l'acte de consommation lui-même. En d'autres termes, ce n'est que si l'élève prend conscience du fait que certaines consommations ont pour objectif de maintenir ou modifier les relations à l'autre (singulier ou pluriel) qu'il pourra (s'il en éprouve le besoin) tenter d'atteindre cet objectif relationnel sans passer par cette consommation. Concrètement, les élèves sont amenés à comprendre la situation de Léo face à ses copains Greg et Phil.

Compétences

Voir activité pédagogique n°1.

Déroulement de l'activité

- Les élèves lisent individuellement le passage « Phil, Greg et Léo » à partir de la p. 102 jusqu'au milieu de la p. 110 « ...se laisser porter c'est tout le plaisir ».

- Ils repèrent individuellement :
 - Les éléments qui démontrent que Léo ne décide pas lui-même de sa consommation d'alcool ;
 - Les éléments qui démontrent que Léo se sent admiratif de ses potes
 - En conclusion, ils découvrent que ce sont Greg et Phil qui poussent Léo à boire car ce dernier les admire et veut rester proche d'eux et faire comme eux.
- Les élèves se groupent par deux pour imaginer comment Léo peut conserver sa motivation (son besoin) d'être proche et admiratif de Greg et Phil sans forcément boire de l'alcool (ou faire tout ce qu'ils veulent).
- Les élèves présenteront collectivement ce qu'ils ont imaginé.

L'enseignant note toutes les possibilités au tableau et ensuite demande à l'ensemble des élèves si chaque alternative est crédible. Pour être crédible, l'alternative doit maintenir la relation telle que Léo la vit (admiration, soumission) il ne s'agit donc pas que Léo propose une partie de foot ou tente de les rembarrer sèchement ! Par contre, il peut tenter de détourner leur attention de l'alcool par exemple en leur demandant leur recette de cocktail ou de montage de sono. Un exemple de ceci est montré sur le site enmillemmorceaux.be. En cliquant sur la photo du profil de Léo, les élèves découvriront un échange sur facebook entre Léo et ses potes. On peut aussi demander aux élèves si cet échange est antérieur ou postérieur à celui du roman ? Pourquoi à leur avis ?



Enfin, l'enseignant fera un récapitulatif. De nombreuses consommations de psychotropes ne se comprennent que par les relations entre personnes. Les motivations les plus puissantes sont de créer (« draguer », par exemple) ou de maintenir des relations. Si quelqu'un souhaite ne pas consommer de psychotropes alors qu'il anticipe qu'on lui en proposera (ou souhaite ne pas prendre de risque alors qu'ils seront présents), il lui faudra quand même maintenir la relation avec le ou les autres. Charge alors de remplacer l'alcool, le tabac ou la drogue par autre chose.



Approfondissement possible

Sur le site d'Infor-Drogues, une brochure intitulée « Comment résister à l'influence du groupe ? » propose le jeu de la cacahuète², qui est aisé à mettre en œuvre et très intéressant à décoder ensuite. Le jeu met en évidence l'influence d'un groupe de pairs sur un individu en essayant de lui faire manger des cacahuètes.

² La publication est consultable sur le site de l'association, voir www.infordrogues.be, onglet *Nos publications* > *Brochures* > *Comment résister à l'influence du groupe ?*

3. Samedi soir

Le samedi soir est souvent identifié comme le meilleur moment pour pratiquer des activités «défoulatoires», c'est-à-dire celles qui vont faire baisser nos tensions internes. Il en va de même dans le roman. Nous proposons d'identifier et de mettre en relation tensions et comportements du samedi soir pour cinq personnages principaux : Franck, Léo, Karine, la Sorcière et Erik.

Objectif

Les produits consommés ou nos comportements durant le samedi soir, s'ils nous défoulent, nous apportent alors une baisse de nos tensions, un mieux-être. Or, nous ne sommes pas toujours conscients de nos tensions : ni de leur nature, ni de leur origine. Dès lors, si un comportement ou la consommation d'un produit apporte un mieux-être, son consommateur peut avoir tendance à attribuer tout l'effet positif à ce produit ou à ce comportement. Il pourrait d'une part, renouveler cette expérience et, d'autre part, ne pas trouver d'alternative si la cause même (la baisse de tensions) n'a pas été identifiée. L'objectif est donc d'identifier les tensions des personnages et de faire des liens avec leur activité du samedi soir.

Déroulement de l'activité

(noter que cette activité peut également se faire individuellement, en partie ou totalement) :

- La classe est divisée en 5 groupes, un par personnage : Franck, Léo, Karine, la Sorcière et Erik.

● Chaque groupe identifie, pour son personnage, ses « tensions ».

En gros : Franck, malgré ses 21 ans, est soumis à une mère autoritaire et à un boulot pénible ; Léo veut faire partie du groupe de copains et il y a des tensions avec sa mère ; la Sorcière (mère de Karine) ne s'entend pas avec son mari, a de grosses tensions avec sa fille et déteste son boulot ; Karine a une mère qui l'infantilise et subit les tensions familiales ; Erik, lui, trouve le monde mal foutu et rêve de l'améliorer.

● De même, chaque groupe identifie l'activité de son personnage le samedi soir. Concernant le personnage de Léo, le roman n'est pas très explicite mais différents éléments nous indiquent qu'il était à la soirée à la buvette du stade avec Greg et Phil.

● A présent, chaque groupe identifie en quoi l'activité du samedi soir est en rapport avec les tensions du personnage, en quoi elle va contribuer à les faire baisser.



Ainsi, par exemple, Karine passe sa soirée à « arpenter les marais avec son archer » (p. 33). Elle « dégomme des gobelins et des orcs, dans un niveau rempli de cavernes et de couloirs suintants » (p. 39). Cette activité agressive pourrait être mise en rapport avec sa mère

qu'elle identifierait (inconsciemment) à un orc et le garage à une caverne. En effet, c'est l'endroit où sa mère se réfugie pour être au calme (p. 34). Karine passe par le garage car « elle aime trop le son de ses bottes sur le béton du garage » (p.35) : le béton, ça résonne comme dans une... caverne ! Enfin, Karine souhaite avant tout que « son archer monte de niveau » (p.39), tout comme Karine souhaite grandir et s'émanciper.

- Les groupes font un retour de ce qu'ils ont mis en évidence à l'ensemble de la classe et les autres peuvent être d'accord ou pas. Tout argument doit, bien sûr, être basé sur des éléments présents dans le roman.

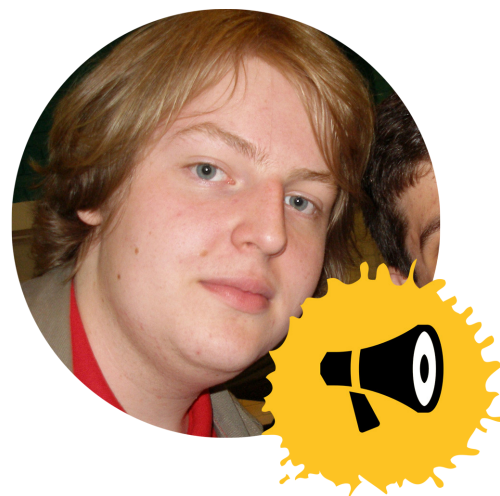
- La dernière partie de l'activité concerne les alternatives possibles aux comportements des personnages. À cet égard, les chapitres suivants du roman donnent des pistes de réponses.

Approfondissement possible

Les élèves pourraient être invités à reproduire ce raisonnement en pensant aux tensions scolaires. Une liste des tensions présentes à l'école pourrait être dressée, qu'il s'agisse de tensions liées au pédagogique (examens, expression en public, compétition...) ou liées aux phénomènes de groupe (exclusion, identité, harcèlement...). Face à cette liste, une autre liste établirait les comportements faisant diminuer ces tensions (sans dire, bien sûr, qu'il s'agit de tel ou tel élève). Existerait-il, selon eux, des alternatives ?

4. La réalité n'existe pas

Le projet multimédia d'Erik (prémices p. 68 et note d'intention p. 79-80) postule que chacun perçoit la réalité à sa façon. Ainsi, différents personnages du roman – essentiellement Erik, Maya et Léo – vont imaginer la cause de la mort de Jessica à partir de leurs prises de risques à eux.



Objectif

Prendre conscience que la réalité telle qu'on la perçoit n'est pas forcément celle des autres. On croit parfois que nos émotions sont aussi celles des autres. Un exemple célèbre en est l'avare de Molière qui, parce que l'argent l'obsède, pense que le monde entier en veut à son argent.

Déroulement de l'activité

- Les élèves relèvent dans le roman les hypothèses causales de la mort de Jessica.
- Ils relèvent en quoi chacune de ces hypothèses est en lien avec la prise de risques du personnage qui l'émet (ex. : Erik attribue la mort de Jess à l'article pour son magazine).
- De la même manière, les élèves pourraient-ils trouver à quels moments certains personnages vont attribuer leurs propres émotions à de parfait inconnus, Léa (p. 7) ou Erik (p. 56-57) mais au final, cette émotion sera contredite. En effet, tout se passera bien pour Léa et Erik se fera presque ami avec les « loubards ».

La conclusion de l'exercice peut se faire avec la vidéo (échange visiophonique) entre Nicolas Ancion et Erik sur le site enmillemorceaux.be³. Nicolas s'adresse à son personnage en ces termes : Tu as une forme de distance par rapport aux autres qui te permet à la fois d'entendre ce que les autres ont à dire et à la fois d'avoir ton propre point de vue. Que veut-il dire ?

Approfondissement possible

Les élèves rédigent un courrier au directeur de leur école pour le convaincre d'inviter Nicolas Ancion lors de la journée « Faut-il consommer pour être heureux ? » qui aura lieu le mois suivant. Ils peuvent se baser sur le roman et sur la vidéo faite par Erik³.



3 Voir site : www.enmillemorceaux.be/#/erikvideo.

5. Identité - Publicité

L'alcool est fort présent dans notre société. Les personnages d'En mille morceaux en consomment également. Si une bonne part de la consommation d'alcool répond à des besoins relationnels, le choix de l'alcool que nous consommons va être parfois guidé par l'image que nous voulons donner de nous-mêmes. En tout cas, les stratégies publicitaires de nombreuses marques vont proposer des identités clé-sur-porte.

Objectif

Comprendre les stratégies d'identification à l'œuvre dans de nombreuses publicités pour l'alcool.

Déroulement de l'activité

- L'enseignant copie le point « Représentations de l'alcool véhiculées par la publicité » du document « Interdire la publicité pour l'alcool. Pourquoi ? »⁴. Il le distribue aux élèves (en individuel ou en petits groupes).
- Sur base de cette classification, les élèves sont invités à se demander quel alcool boirait chaque personnage principal du roman et pourquoi ? Si certains élèves pensent à d'autres marques, ils peuvent bien entendu les évoquer.
- D'après eux, tous les personnages seront-ils influencés par les publicités ? Pourquoi ?

⁴ La publication est consultable sur le site de l'association, voir www.infordroques.be, onglet *Nos publications* > *Brochures* > *Interdire la publicité pour l'alcool. Pourquoi ?*

Approfondissement possible

Si les élèves apprécient de réfléchir aux publicités, il est possible d'élargir l'exercice à n'importe quelle publicité. Les marques de voitures proposent aussi des modèles identitaires. Les élèves pourraient dès lors présenter leur marque de voiture favorite en expliquant à quel besoin identitaire elle correspond.

Plus largement encore, la persuasion publicitaire va utiliser nos besoins fondamentaux, ceux qui sont nos motivations à prendre des psychotropes (cf. les pistes précédentes) : le besoin de faire partie d'un groupe (« Jamais seul à fumer Belga »), le besoin d'identité (« Pas pour les gamins »), le besoin de reconnaissance, etc.

Cet exercice peut se baser sur notre document « Au fait la drogue, comment ça commence ? »⁵ qui décrit la démarche et propose quelques exemples.

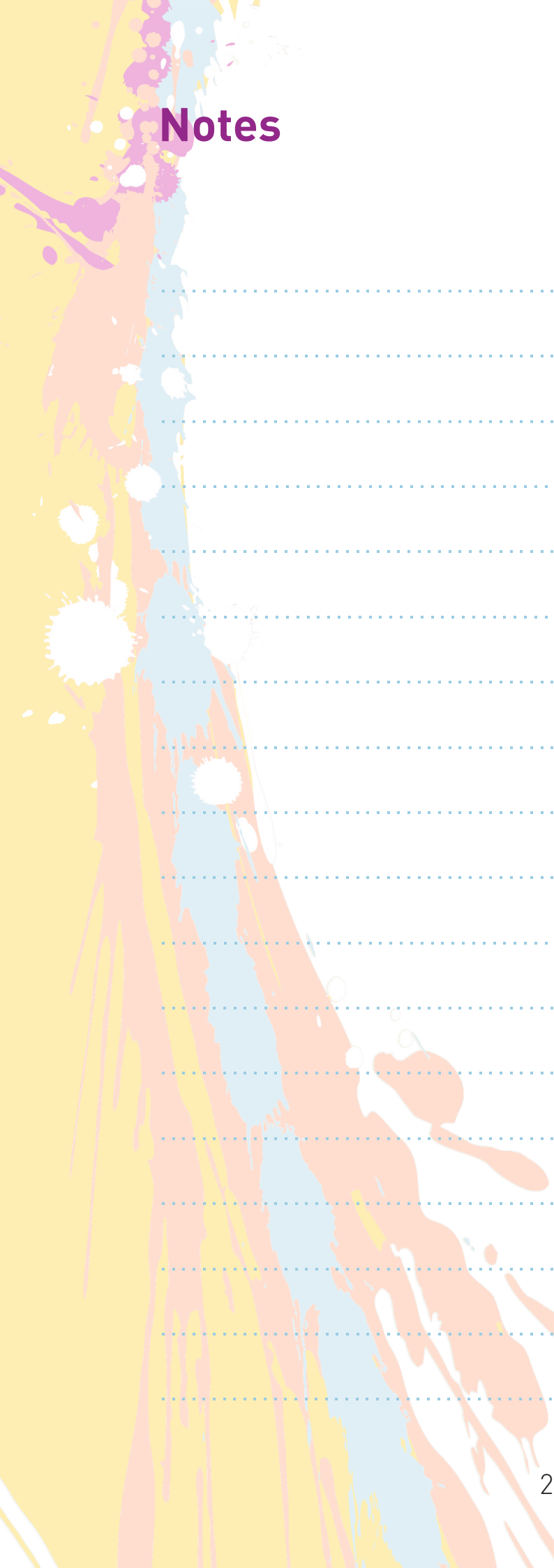
Vous avez des questions ou vous désirez des conseils pour une animation ?

N'hésitez pas à faire appel à nous au 02 227 52 61

ou prevention@infordrogues.be

L'équipe de prévention d'Infor-Drogues.

⁵ La publication est consultable sur le site de l'association, voir www.infordrogues.be, onglet *Nos publications* > *Brochures* > *Au fait la drogue, comment ça commence ?*



Notes

Handwriting practice lines consisting of 18 horizontal dotted lines.





Cette brochure d'Infor-Drogues s'adresse aux enseignants et aux éducateurs du secondaire supérieur. Elle propose des activités collectives pour les élèves autour des consommations de psychotropes. Cette brochure est également disponible sur les sites infordrogues.be et enmillemorceaux.be.

Le livre de Nicolas Ancion, publié chez Mijade, sert de support aux activités de la brochure. Pour les classes intéressées, Infor-Drogues propose des prêts multiples et gratuits (02 227 52 61).

Sommaire

I. L'approche relationnelle des consommations de psychotropes ...	2
II. Le roman.....	5
III. Le site internet.....	6
IV. Des pistes pédagogiques, mais pour qui ?.....	8
V. Les pistes pédagogiques.....	10
1. Prendre ou ne pas prendre ?.....	10
2. Les deux niveaux de l'échange	12
3. Samedi soir.....	15
4. La réalité n'existe pas.....	18
5. Identité - Publicité.....	20

Infor-Drogues est agréé et subventionné par la Commission Communautaire Française et subventionné par la Région wallonne.



Wallonie
24



**INFOR
DROGUES**
UNE AUTRE ÉCOUTE