

Dopage au quotidien à l'école

Renate Bichsel Bernet

Psychologue diplômée

Psychothérapeute FSP / psychologue scolaire



«Il serait dommage que notre société dispose des chercheurs, des penseurs et des artistes les plus performants, mais que grâce aux substances de type Ritaline[®], ils ne produisent plus rien d'autre que ce qu'on attend d'eux.»

Anna Ospelt



Renate Bichsel Bernet à l'occasion du congrès
« Dopage au quotidien - effet (secondaire) d'une société axée sur la
compétitivité », le 8 novembre 2011, Berne

- L'obsession de la performance scolaire exerce une **forte pression** sur les enfants ayant des difficultés d'apprentissage ou de comportement, ainsi que sur leurs parents.
- D'où recours à des moyens et à des méthodes plus ou moins sains pour améliorer les résultats scolaires.

Exemple typique

- Cédric, 6 ans et demi, entre à l'école primaire
- Intérêts: machines agricoles, hélicoptères et voitures de pompiers
- Oublie ses affaires, est souvent distrait, se lasse rapidement, n'arrive pas à écrire les chiffres et les lettres dans le bon ordre
- Beaucoup d'imagination, grande soif de savoir
- Diagnostic??

Performances exigées

- Autonomie et persévérance dans le travail et l'apprentissage
- Bonnes capacités de concentration et de mémorisation
- Pas de tendance à la dissipation
- Développement rapide de l'estime de soi et des compétences sociales

Troubles de l'apprentissage et du comportement

- Troubles ponctuels de l'apprentissage, par exemple difficultés en lecture et en écriture (dyslexie), difficultés en calcul (dyscalculie)
- Troubles généraux de l'acquisition du langage
- Troubles de l'attention, hyperactivité
- Troubles du développement moteur
- Enfants dépressifs ou agressifs

- Pauvreté
- Troubles psychiques des parents

Effets du methylphénidate

La distribution ou la recapture des neurotransmetteurs peut être influencée. De nombreux stimulants comme les amphétamines, le methylphénidate et la cocaïne inhibent la recapture de la dopamine et de la noradrénaline dans la fente synaptique, ce qui augmente leur concentration et stimule les récepteurs correspondants. La transmission du stimulus aux cellules nerveuses adjacentes est renforcée.

<http://www.infoset.ch/de/suchtformen/neuroenhancer/index.cfm>

Brigit Schmid, journaliste:

- *Au bout de trois quarts d'heures, je sens un afflux d'énergie dans ma tête et dans mon corps. Mon cœur bat plus vite. Un état de bien-être s'installe et augmente durant les deux premières heures, comme une légère euphorie. J'aurais envie de me lever et de m'activer, mais le travail à l'ordinateur me séduit davantage. Deux heures plus tard, lorsqu'on frappe à la porte, je sursaute. La peau de mon visage picote, je dois avoir passé tout ce temps figée devant l'ordinateur, le mental complètement absorbé par le texte...*



Effet de la Ritaline®

La personne a l'impression qu'elle peut mieux se concentrer sur un objet donné, ce qui améliore ses performances et facilite son travail. Elle ne se laisse pas distraire et accomplit sa tâche.

La Ritaline® n'est pas consommée dans un but récréatif, mais pour atteindre un résultat.

Les experts estiment que la Ritaline[®] consommée par les personnes en bonne santé leur donne l'impression d'être plus performantes, mais que cet effet n'est pas objectivement mesurable.

Ces personnes surestiment leur productivité.

Quoi de plus évident que de recommander aux parents d'un enfant ayant des difficultés de concentration à l'école et souffrant des conséquences de cet échec, d'essayer de prendre du méthylphénidate?

La Ritaline® en cas de TDA «constitutif»

- Enfants présentant des symptômes marqués d'un trouble de déficit d'attention / hyperactivité: combinée à d'autres mesures, l'administration de stimulants a rendu la situation à l'école plus facile à gérer pour toutes les personnes concernées, du moins aussi longtemps que la coopération entre les parents et l'école a bien fonctionné.

La prescription de Ritaline® est en augmentation

La prescription de Ritaline® à des enfants d'âge scolaire augmente de façon constante depuis quelques années. Les professionnels font le lien avec le fait que le public est désormais plus familier du diagnostic TDA/H.

Les professionnels soulignent que le nombre total de personnes concernées par le TDA/H excède de beaucoup celui des personnes effectivement diagnostiquées et traitées par médicaments.

«Nous partons de l'idée que 1 à 5 % des enfants souffrent de TDA/H» dit Susanne Walitza, directrice médicale du service de psychiatrie pour enfants et adolescents de Zurich.

S. Broder et B. Ruchti dans le Beobachter

Consensus Congrès TDA Berne 2010

Prof. Schimmelmann:

...le diagnostic TDA est un groupe hétérogène de troubles entraînant des déficits neurologiques aux étiologies diverses mais ayant en commun un important besoin en thérapie. Cette thérapie **doit** viser l'ensemble des symptômes et des plaintes. Il peut arriver qu'un médicament très puissant rende d'autres mesures superflues.

Plusieurs raisons (et pas seulement les symptômes d'un TDA) peuvent rendre les enfants et les adolescents non-compatibles avec un système scolaire basé sur la performance!

Nous attendons de nos enfants et de nos jeunes qu'ils s'intéressent à notre système valorisant les performances cognitives et que l'ambition d'obtenir le diplôme le plus élevé possible devienne une des constituantes de leur identité.

Si ce n'est pas le cas, quelle qu'en soit la raison, les médicaments nous offrent la possibilité théorique de renforcer la concentration des enfants sur certaines tâches et de diminuer leur tendance à la dissipation.

En résumé:

En Suisse, les médicaments de type Ritaline[®] sont (encore) assez rarement administrés à des enfants sains, mais selon les estimations des milieux spécialisés (confirmées par des études en Allemagne), leur consommation est en augmentation chez les adolescents et les jeunes adultes, qui espèrent ainsi produire les performances qu'on attend d'eux.

Dopage légal

Les enfants prennent aussi des produits dopants «légaux» vendus dans le commerce, comme la caféine et les pilules à base de ginseng, de vitamines et d'autres substances réputées favoriser l'apprentissage. Ils consomment des boissons énergétiques pour rester éveillés (principes actifs guarana, taurine). Pour les calmer, on leur administre des tranquillisants et des somnifères chimiques ou phytothérapeutiques. De nombreux enfants reçoivent des appuis en dehors des heures d'école, suivent des cours et vont dans des camps pour les aider à apprendre. Ils sont suivis par divers thérapeutes et coaches pour optimiser leurs performances. Les systèmes récompense/punition viennent compléter ce catalogue.

La Ritaline® peut être utilisée pour traiter de façon unilatérale un problème complexe. Elle a un effet sur beaucoup d'enfants. En retour, cet effet peut amener les parents et les enseignants à renoncer à d'autres mesures pourtant susceptibles d'améliorer la situation de l'enfant.

Développement d'une dépendance suite à l'administration de Ritaline®?

- Plutôt non, lorsque le médicament facilite la réussite scolaire
- Comportements à risque visant à compenser les troubles de la régulation du taux de dopamine, indépendamment de la prise de Ritaline® (importance du modèle parental)
- Remplacement de la Ritaline® par d'autres substances
- Les difficultés psychosociales des enfants peuvent entraîner des problèmes familiaux, d'où dépendance ou consommation de médicaments comme stratégie de résolution des problèmes.

Combien d'enfants se sentent-ils à l'aise et reconnus dans notre système scolaire?

Combien d'adolescents ont-ils la possibilité de se former dans le domaine qui correspond à leurs intérêts et à leurs talents?

Selon mon expérience, les jeunes ayant de moins bons résultats scolaires portent un jugement négatif ou ambivalent sur eux-mêmes et n'ont pas conscience de leurs atouts.

Comment aider les enfants en plus ou à la place de la Ritaline®?

Ce qui aide vraiment les enfants dans leur développement scolaire, c'est un soutien positif de la part de leurs parents et un bonne relation avec leur enseignant-e.

Plutôt que la Ritaline® :

- Des conditions d'apprentissage adaptées
- Des stratégies d'apprentissage individualisées
- Davantage d'exercice physique
- Un espace offrant valorisation et reconnaissance en dehors de l'école
- Du soutien et des conseils pour les parents et le personnel enseignant
- Une action coordonnée au sein d'un réseau qui fonctionne bien

Ce qui est impératif

Il faut mener une ample réflexion sur le versant cognitif des exigences posées par l'école et les instituts de formation.

L'école doit garder des structures et des moyens financiers qui lui permettent de s'adapter à des enfants et à des jeunes connaissant des difficultés d'apprentissage (dyslexie, dyscalculie) ou des troubles de l'attention. Elle doit rester en mesure de compenser les désavantages de leur situation et de prendre en compte leurs capacités et leurs intérêts.

Effets secondaires de la Ritaline® (tels que décrits par les jeunes):

- Troubles de l'endormissement
- Impression de vivre sous une cloche de verre
- Difficulté à ressentir de la joie
- Humeurs dépressives
- Sentiment d'être toujours «à la course»
- Maux de tête, troubles de l'appétit

Conclusion

«Il serait dommage que notre société dispose des chercheurs, des penseurs et des artistes les plus performants, mais que grâce aux substances de type Ritaline, ils ne produisent plus rien d'autre que ce qu'on attend d'eux.»

Anna Ospelt