



Vivre sans se droguer

Informations pour les enseignants



Les enfants font confiance aux adultes et sont faciles à influencer. Les enseignants peuvent servir de modèle et dissuader les élèves de consommer des drogues. C'est d'autant plus important lorsque le jeune n'a pas de famille qui le soutienne et guide. Les jeunes doivent parfois supporter des pressions associées à l'expérimentation et à la vie dans une société complexe et exigeante. Ainsi, l'abus de drogues est essentiellement un moyen de surmonter les sentiments d'insécurité ou d'y échapper. Aidez les élèves à se rendre compte qu'ils ne sont pas seuls face à ces problèmes et qu'il existe de multiples manières saines de les affronter.

Apprenez aux enfants à se protéger

Il faut avoir confiance en soi pour dire non aux drogues. Les enseignants peuvent aider l'enfant à avoir une image positive de soi et à renforcer ses compétences interpersonnelles. Faites preuve de tolérance pour que les élèves puissent dire ce qu'ils pensent. Donnez confiance en encourageant les enfants à s'accepter tels qu'ils sont. Aidez-les à faire la différence entre les bienfaits des médicaments et les conséquences néfastes de la consommation de drogues illégales. Surtout, apprenez aux jeunes à refuser, apprenez leur qu'il n'y a rien de mal à dire non.

Apprenez aux enfants à exprimer leur créativité

- Organisez des concours de dessin pour enfants sur un thème donné en rapport avec la prévention en matière de drogues.

- Insistez sur le fait que le sport est un bon choix pour les jeunes.
- Concevez des T-shirts avec des slogans visant à prévenir l'abus de drogues et le VIH/SIDA.
- Collectez des fonds pour les organisations caritatives aidant les enfants des rues qui prennent des drogues.
- Partagez les connaissances acquises au moyen de jeux interactifs, de jeux de rôle et de psychodrames.

Signes qui doivent vous alerter

Si vous soupçonnez un élève de consommer des substances nocives, certains signes peuvent vous éclairer, mais assurez-vous d'abord qu'ils ne sont pas dûs à d'autres problèmes. Ne concluez pas tout de suite que cet élève prend des drogues.

Signes émotionnels:

- Sautes d'humeur, allant de l'euphorie au brusque repli sur soi et à la dépression
- Colères injustifiées
- Perte d'intérêt pour les activités scolaires et extrascolaires
- Difficultés relationnelles
- Absentéisme scolaire
- Échecs et mauvais résultats scolaires
- Manque de concentration



La drogue:
contrôle-t-elle
TA VIE?

**Ta vie. Ta communauté.
Pas de place pour la drogue.**



Signes physiques:

- Yeux rouges
- Tendance à la somnolence en classe
- Troubles de l'élocution
- Manque d'attention en classe
- Pertes de mémoire
- Manque d'intérêt pour l'hygiène personnelle et l'apparence générale
- Tremblements et manque de coordination des mouvements

Sensibilisez les enfants aux drogues illégales et à leurs effets

De 5 à 7 ans: Les élèves doivent améliorer leur aptitude à prendre des décisions et adopter des habitudes saines. Ils doivent en outre être capables d'indiquer les effets négatifs de la prise de substances illégales et les différencier.

De 8 à 9 ans: Les élèves doivent être en mesure de désigner et de reconnaître les drogues dont ils ont entendu parler, ainsi que les risques associés à l'usage de drogues. Ils doivent être capables de parler de la manière dont l'usage de drogues à la maison ou dans la collectivité les concerne. Ils doivent également savoir où les personnes consommant des drogues peuvent recevoir une assistance.

De 10 à 12 ans: Les élèves doivent être en mesure de déterminer les raisons pour lesquelles certaines personnes prennent des drogues et pouvoir faire la différence entre néophyte, usager occasionnel, consommateur régulier et gros consommateur. Ils doivent se montrer capables d'échanger des informations avec leurs pairs. Ils doivent en outre être informés du lien existant entre VIH/SIDA et usage de drogues, ainsi que des situations dans lesquelles il y a risque de contamination.

Programme proposé:

Leçon 1: Qu'est-ce qu'une drogue? Qu'est-ce que la dépendance? Quel est l'impact sur l'individu et la société?

Leçon 2: Qu'est-ce qu'une drogue naturelle (cannabis, opium et cocaïne), quels en sont les effets et quelles sont les mesures de prévention?

Leçon 3: Qu'est-ce qu'une drogue semi-synthétique (morphine, héroïne, cocaïne et crack), quels en sont les effets et quelles sont les mesures de prévention? Que peuvent faire les victimes en cas de surdose?

Leçon 4: Qu'est-ce qu'une drogue de synthèse (amphétamines, ecstasy, LSD et sédatifs hypnotiques)? Quels sont les effets de ces substances sur le cerveau et sur la personnalité?

Leçon 5: Quel est le lien entre l'abus de drogues et le VIH/SIDA? Comment peut-on se prémunir contre le VIH/SIDA?

Leçon 6: Quels sont les facteurs de risque? L'échec scolaire, le dysfonctionnement familial, la disponibilité des drogues. Quels sont les facteurs de protection? Le soutien familial et communautaire, l'amélioration de la formation scolaire et la sensibilisation aux drogues. Que peuvent faire les responsables locaux et autres?

Leçon 7: Les activités relatives aux compétences psychosociales sont notamment les suivantes: apprendre à faire preuve de discernement, apprendre à résister à la pression des pairs, apprendre à dire non à la drogue, rechercher les moyens d'empêcher qu'une personne tombe dans le piège de la drogue et d'obtenir l'engagement de cesser de consommer des drogues.

Inspiré de "Living without Drugs", série de brochures élaborées par le Bureau de l'ONUDC à la Barbade et le Réseau d'innovation éducative pour le développement dans les Caraïbes (CARNEID) de l'UNESCO, ainsi que du programme de prévention à l'école primaire mis au point par le Conseil national sur les toxicomanes de la Barbade.

Programme établi par la Punleu Komar Kampuchea Organization (PKKO) - Cambodge.