

Tekst 3

A l'école de la performance



(1) Etre au top de sa concentration quand on travaille. Se sentir plein d'énergie pour boucler un devoir sans avoir trop de stress. Et le soir, s'endormir comme un bébé. En période d'exa-
 5 mir comme un bébé. En période d'exa- mens, chacun rêve d'être aussi efficace. Et l'industrie pharmaceutique le sait, proposant aux élèves et parents inquiets un arsenal de potions magi-
 10 ques en vente libre censées avoir un effet positif sur la mémoire, booster la concentration ou anéantir le stress. Que leur action soit réelle ou supposée, les produits contre le stress ou la
 15 fatigue ont vite fait de devenir une béquille sur laquelle s'appuyer quand on a du mal à suivre le rythme.
(2) Selon l'Observatoire de la vie étudiante, 22% des filles et 11% des
 20 garçons utilisent parfois ou souvent des calmants. Et ils sont presque autant à consommer des stimulants avant les examens. Une enquête auprès des jeunes de 17 ans dévoile aussi un
 25 contraste entre les sexes: près de 30% des filles ont déjà pris un médicament psychotrope (tranquillisant, somnifère...), contre seulement 11% des garçons.
 30 **(3)** Pourquoi cet écart? Face à une difficulté, les filles se tournent davan-

tage vers les produits licites, type médicaments, et les garçons vers l'illicite, type drogues.

35 Cette consommation sexuée explique les variations entre filières observées par l'Observatoire de la vie étudiante. On s'attendrait à ce que les études réputées les plus exigeantes soient les
 40 plus gourmandes en stimulants. 10 c'est en lettres et sciences humaines qu'on avale le plus de calmants, antidépresseurs et somnifères. Parce que ces filières sont plus féminines.
 45 **(4)** Pourtant, cette consommation de psychotropes n'est pas liée à la consultation d'un psy. Car leur prescription est à 85% le fait de médecins généralistes. Certains piochent dans la
 50 pharmacie familiale ou se font prêter des médicaments, comme Marie, 21 ans: «J'étais stressée pour un oral, alors une amie de ma mère m'a prêté un tranquillisant et un bêtabloquant, se souvient-elle. Résultat, j'étais
 55 totalement naturelle, comme si ce n'était pas un examen!»
(5) A l'image de Pierre Bodenez, psychiatre spécialiste des addictions, de nombreux professionnels de santé
 60 12 précisément cette «pathologisation» de la vie quotidienne: «On voit se développer l'idée, relayée par la société de consommation, que la solution est dans le produit. Qu'on parle de psy-
 65 chotropes, de stimulants ou d'homéopathie, cette relation faussée au produit est inquiétante.»
(6) Infirmière dans un grand lycée, Geneviève Gasser voit débarquer des
 70 élèves qui «connaissent très bien les médicaments et savent ce qu'ils veulent. Ils s'étonnent qu'on les interroge d'abord sur leurs repas ou leur

75 sommeil. Bien sûr, c'est plus rapide de
prendre un médicament. Mais s'il agit
un temps, il masque le problème.»
(7) Abonnée au café, vitamines et
autres comprimés pour la mémoire au
80 début de sa première année de méde-

cine, Marie-Charlotte, 18 ans, a
modéré: «Finalement, j'arrive à
travailler comme avant, s'étonne-t-elle.
Je crois que j'ai repris le rythme. En
85 prenant des produits, on oublie qu'on
peut compter sur soi!»

Tekst 3 A l'école de la performance

- 2p 8 Geef van elk van de onderstaande beweringen aan of deze wel of niet overeenkomt met de inhoud van de eerste alinea.
- 1 Quant à l'emploi des produits contre le stress, pas mal d'élèves se montrent des consommateurs enthousiastes.
 - 2 Pour les élèves stressés, de bons médicaments se sont révélés plus efficaces que le soutien de la part des parents.
 - 3 En réalité, la plupart des produits contre le stress sont loin d'être aussi efficaces que l'industrie pharmaceutique le fait croire.
- Noteer het nummer van elke bewering, gevolgd door 'wel' of 'niet'.
- «Une enquête ... des garçons.» (lignes 23-29)
- 1p 9 Comment cette phrase se rapporte-t-elle au début du 2e alinéa?
- A Elle en indique la conséquence.
 - B Elle l'affaiblit.
 - C Elle l'appuie.
 - D Elle s'y oppose.
- 1p 10 Remplissez le(s) mot(s) qui manque(nt) dans la ligne 40.
- A Bref,
 - B Donc
 - C En plus,
 - D En revanche,

- 1p **11** Que peut-on déduire du 4e alinéa?
- A** Beaucoup de gens oublient que le conseil d'un ami vaut souvent mieux que la visite d'un psychiatre.
 - B** En cas de problèmes psychiques, de plus en plus de gens ont recours à des spécialistes.
 - C** Les médecins généralistes prescrivent plus souvent des médicaments contre le stress que les psychiatres.
 - D** Pour supprimer le stress, il vaut mieux avoir recours aux médicaments qu'aux drogues.
- 1p **12** Remplissez le mot qui manque dans la ligne 61.
- A** applaudissent
 - B** déplorent
 - C** négligent
 - D** stimulent
- 1p **13** Quelle est l'attitude de Geneviève Gasser (ligne 70) face à la consommation de médicaments parmi les élèves?
- A** Elle se montre mi-positive mi-négative.
 - B** Elle se montre plutôt négative.
 - C** Elle se montre très positive.
- 1p **14** A quoi sert l'exemple de Marie-Charlotte au dernier alinéa?
- A** illustrer
 - A** la gravité des problèmes psychiques parmi les jeunes.
 - B** les bienfaits psychiques d'une vie régulière.
 - C** que les études de médecine comptent parmi les plus stressantes.
 - D** qu'il y a des jeunes qui arrivent à ne plus utiliser des médicaments.