

Tabac-alcool-drogues

L'usage abusif du tabac, de l'alcool et des drogues est parfois symptomatique d'un mal-être à l'école ou dans les sphères personnelle et familiale du jeune. Dans certains cas, pour le jeune, la consommation d'alcool et de drogues constitue une stratégie d'évitement ou de fuite des responsabilités scolaires, dont le choix de carrière. Cette consommation a également un effet néfaste sur son développement général, autant pour sa santé physique que psychologique, à une période de la vie où la maturation du corps et du cerveau n'est pas terminée. C'est aussi un facteur prédictif du décrochage scolaire, voire social.

Ce que dit la recherche...

Dans un rapport récent¹, l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) s'est intéressé aux caractéristiques scolaires des jeunes dans le cadre de l'initiation au tabac, à l'alcool et aux drogues, lors du passage de la sixième année du primaire à la première année du secondaire. Les principaux constats de l'ISQ sont les suivants :

- la structure familiale et le statut socioéconomique sont associés à l'initiation précoce au tabac et à l'alcool;
- vivre en milieu défavorisé constitue nettement un facteur de risque en ce qui concerne la consommation de substances psychoactives;
- la consommation de tabac, d'alcool ou de drogues est associée à un faible attachement à l'école, à de moins bons résultats en mathématiques et en français/anglais (selon la langue d'enseignement), ainsi qu'à de plus faibles aspirations scolaires;
- la période de transition entre le primaire et le secondaire est une étape cruciale caractérisée par une augmentation assez importante de la proportion de jeunes qui s'initient au tabac, à l'alcool et aux drogues.

En plus d'être néfaste pour la santé physique et mentale à court et à long termes, la consommation de substances psychoactives peut affecter la motivation et le rendement, voire conduire au décrochage scolaire².

Les jeunes inscrits en première année du secondaire débute la période de l'adolescence. Cette phase de développement est caractérisée par l'expérimentation et l'adoption de comportements à risque. Ces jeunes constituent donc un groupe vulnérable auprès duquel il est souhaitable d'intervenir le plus tôt possible pour prévenir l'initiation aux substances psychoactives. Par ailleurs, si la consommation de ces substances a une incidence sur le cheminement scolaire des jeunes, de faibles résultats scolaires peuvent réciproquement avoir une incidence sur la consommation de substances psychoactives. En effet, certains élèves peuvent interpréter leurs mauvaises notes comme étant une limite imposée à leurs aspirations. Cette perception les amène à se désintéresser progressivement de l'école et à rechercher des gratifications dans des comportements à risque, notamment la consommation de tabac, de drogues ou d'alcool.

La diminution de l'attachement à l'école peut aussi être amplifiée par l'association à des réseaux de pairs déviants qui viennent renforcer les conduites à risque. Ces constats semblent indiquer que les actions entreprises pour promouvoir la réussite scolaire des jeunes pourraient aussi servir à prévenir les comportements à risque et la consommation de substances psychoactives chez les adolescents.

Pour en savoir plus

Programmes de prévention universelle et ciblée de la dépendance chez les jeunes : facteurs prédictifs de l'efficacité

http://droguess.whc.ca/wp-content/uploads/2012/10/vol9_no1_3.pdf

L'usage de substances psychoactives chez les jeunes québécois, meilleures pratiques de prévention

http://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1488_UsageSubstPsychoactJeunes_MeillePratiquesPrev.pdf

Keepin'it REAL : Refuse, Explain, Avoid, Leave

<http://www.kir.psu.edu/research/index.shtml>

[1] Nanhouv V., Ducharme A., Eid H. (2013), *L'initiation au tabac, à l'alcool et aux drogues : un aperçu lors du passage de la 6^e année du primaire à la 1^{re} année du secondaire*, portraits et trajectoires, no. 16, Institut de la statistique du Québec, Février 2013. Repéré sur : http://www.stat.gouv.qc.ca/publications/sante/pdf2013/portrait_fr_no16.pdf

[2] Gagnon H. et Rochefort L. (2010), *L'usage de substances psychoactives chez les jeunes Québécois : conséquences et facteurs associés*, Institut national de santé publique du Québec, no. 1102, 43 p.

Pour agir efficacement...

Même s'ils n'abordent pas la question de la consommation de substances spécifiques, les programmes de prévention mis en place dès le préscolaire peuvent être efficaces pour s'attaquer à certains facteurs de risque liés à la consommation de tabac, de drogues ou d'alcool, en favorisant l'autocontrôle et le développement d'habiletés sociales et cognitives. Il est souhaitable de privilégier davantage l'acquisition de compétences liées aux saines habitudes de vie des jeunes que de chercher uniquement à transmettre de l'information sur les substances psychoactives ou à les mettre en garde contre les pressions sociales liées à leur usage.

Selon certaines recherches¹, la mise en œuvre d'un programme de prévention universel auprès des jeunes demande un niveau minimal d'intensité de 45 à 60 minutes par semaine pendant 10 semaines. Les programmes assortis de rappels dans les années subséquentes se sont avérés les plus efficaces. De plus, il est préférable que les programmes soient conçus en fonction de l'âge des participants et de leur degré de consommation.

Par la suite, pendant la scolarité, il sera essentiel de permettre aux jeunes d'accéder à une gamme de services de soutien, notamment pour prévenir, dépister et intervenir rapidement, tant sur le plan psychosocial que sur le plan des apprentissages scolaires, en priorisant l'implantation de ces services en milieu défavorisé et auprès des clientèles passant du primaire au secondaire.

Il pourra être nécessaire, dans certains cas, d'offrir des services de proximité, tant aux jeunes ciblés qu'aux membres de leur entourage, afin que ces derniers soient en mesure de les soutenir adéquatement au moment opportun. Que ce soit pour épauler les jeunes afin de prévenir ou pour intervenir directement auprès d'eux, il sera important d'agir sur les facteurs de risque liés à la consommation de substances psychoactives, par exemple en intervenant sur le contexte culturel, sur la consommation des pairs et sur l'environnement familial.

Il faut encourager les parents à participer à la prévention. La surveillance du comportement et les relations harmonieuses qu'ils développent avec le jeune sont directement rattachées à la diminution de la consommation chez celui-ci.

Ici encore, la famille joue un rôle de premier plan. La collaboration avec celle-ci constitue un élément clé de l'intervention pour agir de manière cohérente et complémentaire.

Quelques pistes pour agir efficacement sur l'usage de tabac, d'alcool et de drogues...

Mettre en place des activités de prévention universelles intensives, particulièrement à l'école, où on peut rejoindre TOUS les jeunes

- Pour intervenir de façon intensive auprès des jeunes de 11-12 ans issus de milieux défavorisés qui vont vivre la transition entre le primaire et le secondaire
- Pour faciliter les liens entre les différents réseaux et organismes en rendant accessibles les services offerts aux jeunes vulnérables ou exposés (santé et services sociaux, éducation, justice, etc.)
- En organisant des activités de prévention qui s'adressent aux jeunes, à leur entourage et à leur famille, lesquelles doivent privilégier le développement de saines habitudes de vie plutôt que mettre l'accent sur les caractéristiques et les effets du tabac, de l'alcool et des drogues
- Pour accompagner les parents dans leur rôle de soutien (développement de la communication au sein de la famille, emphase sur les forces du jeune, encadrement et établissement de limites, développement de relations ouvertes et positives, etc.)

Mettre en place des activités de prévention ciblées avec le concours de personnels qualifiés

- Pour rejoindre les groupes plus exposés à la consommation des substances psychoactives (travailleurs de rue, suivi psychosocial, etc.)
- Pour rejoindre les jeunes de mêmes groupes d'âge ou qui ont un même degré de consommation et intervenir de façon spécifique auprès d'eux (intérêts, problématiques, objectifs, etc.)
- Pour fournir des modèles significatifs auxquels les jeunes peuvent s'identifier (mentor, animateur, employeur ou patron, travailleur de rue, intervenant, etc.)

[1] National Institute on Drug Abuse (2003), *Preventing Drug Use Among Children and Adolescents*, U.S. National Institutes of Health, 2003. Repéré sur : http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/preventingdruguse_2.pdf