

Intervenir en promotion et en prévention en contexte scolaire

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE, MARS 2024



Cette fiche est destinée aux intervenantes et intervenants de l'approche École en santé (AÉS) et vise à les outiller dans leur travail de promotion-prévention en contexte scolaire. Il ne s'agit pas d'une recension exhaustive de tout ce qui peut être réalisé ou proposé aux écoles dans le cadre de l'AÉS par rapport à la thématique ciblée.



Pourquoi ?

Tout d'abord, définissons les substances psychoactives (SPA). On parle de substances qui perturbent le fonctionnement du système nerveux central ou modifient l'état de conscience (altèrent les cognitions, les émotions et les comportements). Le terme « drogue » a la même définition, mais celui-ci a toujours été utilisé avec une connotation négative, alimentant les préjugés envers les personnes qui en consomment et contribuant à la démonisation ou banalisation de certaines substances. L'alcool est la substance psychoactive la plus consommée au Québec. Les drogues illégales, les drogues légales (alcool, caféine, nicotine, cannabis) et certains médicaments font aussi partie des substances psychoactives.

La consommation de substances chez les jeunes est caractérisée d'exploratoire, occasionnelle ou passagère. La majorité des jeunes ne consomment pas ou n'ont pas de problème lié à leur consommation. En effet, la majorité des ados font l'expérience d'une gamme variée de substances psychotropes, mais la plupart n'en abusent pas. Heureusement, la majorité des jeunes resteront à un stade d'exploration. Par contre, d'autres basculeront dans une consommation régulière ou excessive. Ces jeunes seront plus à risque de développer des problèmes psychosociaux et de santé physique ou mentale. De plus, la consommation régulière peut nuire au développement du cerveau et augmenter les risques de développer une dépendance. Cela pourrait avoir un impact sur leur réussite éducative.



Comment ?

La prévention de la consommation d'alcool et autres substances psychoactives doit viser à retarder l'âge d'initiation, prévenir la consommation excessive, diminuer les conséquences sur la santé qui y sont associées et enfin, retarder la consommation régulière chez les ados plus âgés. On veut minimalement retarder la consommation au-delà de l'âge de 14 ans pour diminuer le risque de développer une dépendance. Idéalement, on veut aussi la retarder au-delà de l'âge de 16 ans en raison des risques sur le développement du cerveau. Il faut mettre en place des stratégies d'éducation, de communication et d'information universelles qui recommandent de ne pas consommer. Le risque de susciter la curiosité chez des jeunes non-consommateurs ou de les inciter à essayer est alors minime. Les stratégies de réduction des risques et des méfaits abordant les SPA sont appropriées plutôt pour la prévention ciblée et pour les adultes, chez qui la proximité de la consommation (personnelle ou de l'entourage) est plus fréquente.



Il y a des risques d'effets pervers si la prévention n'est pas faite selon les principes d'efficacité reconnus. C'est pour cette raison qu'on n'aborde pas les SPA et les pratiques de consommation d'emblée avant le 2e cycle du secondaire, dans une dynamique de prévention universelle. Par contre, il faut éviter d'intervenir de façon universelle pour une problématique de consommation touchant un groupe précis, ce qui requerrait plutôt une approche ciblée. Des organismes en prévention des dépendances en Montérégie (OPDM) sont mandatés par la Direction de santé publique pour faire de la promotion-prévention dans les écoles secondaires, en collaboration avec les intervenants scolaires. Certaines écoles ont des éducateurs en prévention des toxicomanies pour faire des interventions précoces auprès des jeunes.



Pour en savoir plus sur les pratiques recommandées, consultez les [conditions d'efficacité du référent EKIP](#) et les [conseils spécifiques pour les thématiques « Alcool, drogues, jeux de hasard et d'argent »](#). Consultez également les [conseils généraux pour les interventions de santé et de bien-être en contexte scolaire](#).



Comment ? (suite)

Que ce soit lors d'interventions mises en place par l'école, des ateliers animés par des policiers ou dans le cadre du rôle parental, les actions suivantes sont jugées à éviter :



- Faire peur, exagérer les risques, créer de l'anxiété;
- Donner une information centrée uniquement sur les risques et inadaptée à l'âge des jeunes;
- Avoir une attitude de jugement et d'intolérance;
- Fixer des objectifs irréalistes en mettant les jeunes face à l'échec;
- Ne pas tenir compte des tendances actuelles de consommation dans les différents groupes, que ce soit en lien avec leur âge, leur milieu, leur origine;
- Parler des risques à très long terme, trop éloignés de la réalité des jeunes;
- Faire des exposés magistraux ou témoignages d'anciens consommateurs;
- Baser l'intervention sur l'idéologie et la morale.



Quoi faire ?

Avant toute action en lien avec les SPA au secondaire, en centre d'éducation aux adultes (CEA) et en centre de formation professionnelle (CFP), l'intervenante et intervenant pivot (IP) et l'agente et agent de relations humaines (ARH) doivent faire appel aux personnes-ressources qualifiées en prévention des SPA (OPDM de son secteur). Les OPDM offrent des activités préventives adaptées au développement des jeunes dans les classes et en dehors des classes et parlent des ressources communautaires et scolaires aux élèves. Ils peuvent aussi faciliter les références des jeunes à certaines ressources spécialisées. Les OPDM couvrent l'ensemble des écoles secondaires en Montérégie (collaboration volontaire des écoles). Ils utilisent des programmes validés et évalués. D'autres actions peuvent être proposées par les IP-ARH aux écoles. Voici quelques exemples :

P = primaire, S = secondaire

En lien avec l'environnement scolaire

- ✓ Collaborer à un comité mis en place par l'école pour la rédaction ou la révision d'un document-cadre sur l'usage de SPA et s'assurer que l'OPDM du territoire y participe. S'assurer également que le document aborde la mise en place d'environnements favorables et la promotion d'une santé mentale positive. Référez-vous au document Démarche de rédaction ou de révision d'un document-cadre en matière de SPA. Le ministère de l'Éducation (MEQ) exige que les écoles rédigent un tel document et peut offrir son support, au besoin (S);
- ✓ Demander le soutien du Centre de réadaptation en dépendance de la Montérégie (CRD) pour sensibiliser, former, superviser et soutenir les intervenantes et intervenants psychosociaux œuvrant en milieu scolaire (ex. : outils de détection, références appropriées et ressources du milieu) (S);
- ✓ Sensibiliser le milieu scolaire pour qu'il propose aux élèves différentes activités sportives, sociales, artistiques ou autres, afin de remplacer ou d'éviter la consommation (P,S);
- ✓ Soutenir les écoles pour la mise en place de ces activités en établissant un partenariat avec les organismes communautaires, en créant un sondage pour évaluer le besoin des élèves ou en informant des divers programmes existants (P,S);
- ✓ Suggérer aux écoles la mise en place d'activités en lien avec les saines habitudes de vie et y collaborer (P,S);
- ✓ Faire connaître les services/ressources d'aide qui existent dans l'école, la communauté et le CISSS (P,S);
- ✓ Solliciter l'OPDM pour offrir des séances d'information sur les SPA et organiser des échanges sur les perceptions et les croyances aux membres du personnel scolaire. Discuter avec l'OPDM sur la façon de faire du réinvestissement dans le milieu par la suite (ex. : environnements favorables) (S);
- ✓ Collaborer avec le milieu scolaire pour trouver des solutions pour diminuer l'isolement des élèves dans l'école et dans la cour. Par exemple, suggérer aux écoles qu'il y ait de l'animation qui corresponde aux intérêts des jeunes lors des pauses et lors des dîners, et les informer des ressources qui pourraient répondre à ce besoin (P,S);
- ✓ Mettre en contact l'OPDM avec les policières et policiers communautaires si ces derniers animent des ateliers en lien avec les SPA dans le milieu scolaire, afin de s'assurer de la cohérence de leurs messages et du respect des bonnes pratiques (S).



Retrouvez d'autres pistes dans Réussite éducative, santé, bien-être : agir efficacement en contexte scolaire - Synthèse de recommandations.



Comment impliquer les parents ?

Les parents sont les premiers responsables de la santé et du bien-être de leur jeune. Elles et ils ont donc un rôle primordial à jouer en ce qui concerne la prévention de la consommation de SPA chez les jeunes, par exemple en servant de modèle par rapport à leur propre consommation (ne pas s'intoxiquer devant leurs enfants), en créant des milieux favorables à leur bien-être, en s'assurant qu'il y ait un espace de discussion sécuritaire et exempt de jugement si leur jeune veut parler de conso. Voici quelques exemples d'actions pour favoriser leur implication :

- ✓ Inviter les parents à participer à des activités physiques afin de les inciter par la suite à mettre en place un mode de vie sain et actif à la maison;
- ✓ Suite à un atelier ou un kiosque offert aux élèves, proposer à l'école d'envoyer un courriel aux parents pour les informer de ce qui a été abordé avec leur jeune et les inciter à en discuter à la maison. Inclure différentes références en SPA dans ce courriel;
- ✓ Demander à l'OPDM de transmettre des informations pertinentes aux parents ou animer des conférences (ex. : bonnes pratiques, facteurs de risque, principaux méfaits, références);
- ✓ Sensibiliser les parents sur l'importance d'avoir des règles claires à la maison au sujet de l'alcool et des drogues (ex. : par l'envoi aux parents d'information sur le sujet, à différents moments clés de l'année.



Comment impliquer la communauté ?

Bien que l'école soit un milieu privilégié pour des activités de promotion et de prévention en matière de SPA, il importe que les jeunes trouvent écho aux messages qui leur sont transmis dans la communauté. Ainsi, les organismes fréquentés par les jeunes ont aussi un rôle à jouer pour la promotion et la prévention en matière de SPA. Par exemple :

- ✓ Sensibiliser les écoles et les organismes communautaires à collaborer pour offrir des services répondant aux besoins des jeunes et de leurs parents (ex. : présence des OPDM dans l'école, ateliers d'habiletés parentales, services aux jeunes à risque ou ayant un problème de dépendance);
- ✓ Contribuer à la mise en place d'environnements favorables en suggérant le partage des installations et du matériel pour des activités culturelles, sportives et de loisirs entre les écoles et les différents organismes communautaires, selon un horaire attrayant pour les jeunes et leur famille;

- ✓ Communiquer avec les commerçants à proximité des écoles pour leur rappeler d'appliquer la loi, qui interdit de vendre de l'alcool ou des jeux de hasard ou d'argent aux jeunes, et d'afficher l'information légale à ce sujet;
- ✓ Participer à des comités pour s'assurer d'une cohésion entre l'école, la maison des jeunes (et autres organismes communautaires similaires) et la municipalité en lien avec le choix de règles pour la consommation de SPA dans chacun de ces milieux.

Le fait de collaborer avec les partenaires de la communauté dans le déploiement des actions de promotion-prévention permet non seulement l'adoption d'une vision commune en ce qui concerne les pratiques recommandées, mais également une offre concertée aux milieux scolaires et une continuité des messages envoyés aux jeunes.



Références

MSSS (2019, 16 septembre). *Démarche de rédaction ou de révision d'un document-cadre en matière de substances psychoactives* (publication no 19-236-07W). <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002361/>

MSSS (2019, 18 mars). *La légalisation du cannabis du primaire à l'université : informations et recommandations* (publication no 18-236-14W). <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002291/>

Palluy, J., Arcand, L., Choinière, C., Martin, C. et Roberge, M-C. (2010). Réussite éducative, santé, bien-être : agir efficacement en contexte scolaire. Synthèse de recommandations. Institut national de santé publique. <https://www.inspq.qc.ca/publications/1065>