



ADDICTION | SUISSE

La prévention des addictions à l'école: un défi passionnant

Journée RADIX – Ecoles en santé

18 septembre 2013 / Corine Kibora

ckibora@addictionsuisse.ch

PRÉVENTION | AIDE | RECHERCHE

Addiction Suisse

- Anciennement ISPA
- ONG
- Prévention / Aide / Recherche
- Matériel pédagogique
- Vulgarisation scientifique
- Transfert de « bonnes pratiques »
- Lobbying politique

Menu

- Qu'en est-il de la consommation des jeunes en Suisse?
- Les adolescents et l'école
- Impliquer les parents
- En classe

Qu'en est-il de la consommation des jeunes?



Tabac

- En 2010, 17% des jeunes de 15 ans consomment du tabac au moins une fois par semaine.
- En 2010, 12% des 15 ans consomment du tabac chaque jour.
- Pas de recul par rapport à 2006 mais une stagnation, voire une légère augmentation.

HBSC 2010, www.hbsc.ch

Alcool

- En 2010, 20% des 15 ans boivent de l'alcool au moins une fois par semaine.
- En 2010, 33% des 15 ans ont répondu avoir consommé au moins une fois dans le mois précédent cinq boissons alcooliques standard ou plus lors d'une même occasion.
- La part des filles qui consomment de l'alcool au moins une fois par semaine a encore diminué, mais la part de celles qui ont été ivres au moins deux fois a légèrement augmenté. Stagnation chez les garçons.

HBSC 2010, www.hbsc.ch

Cannabis

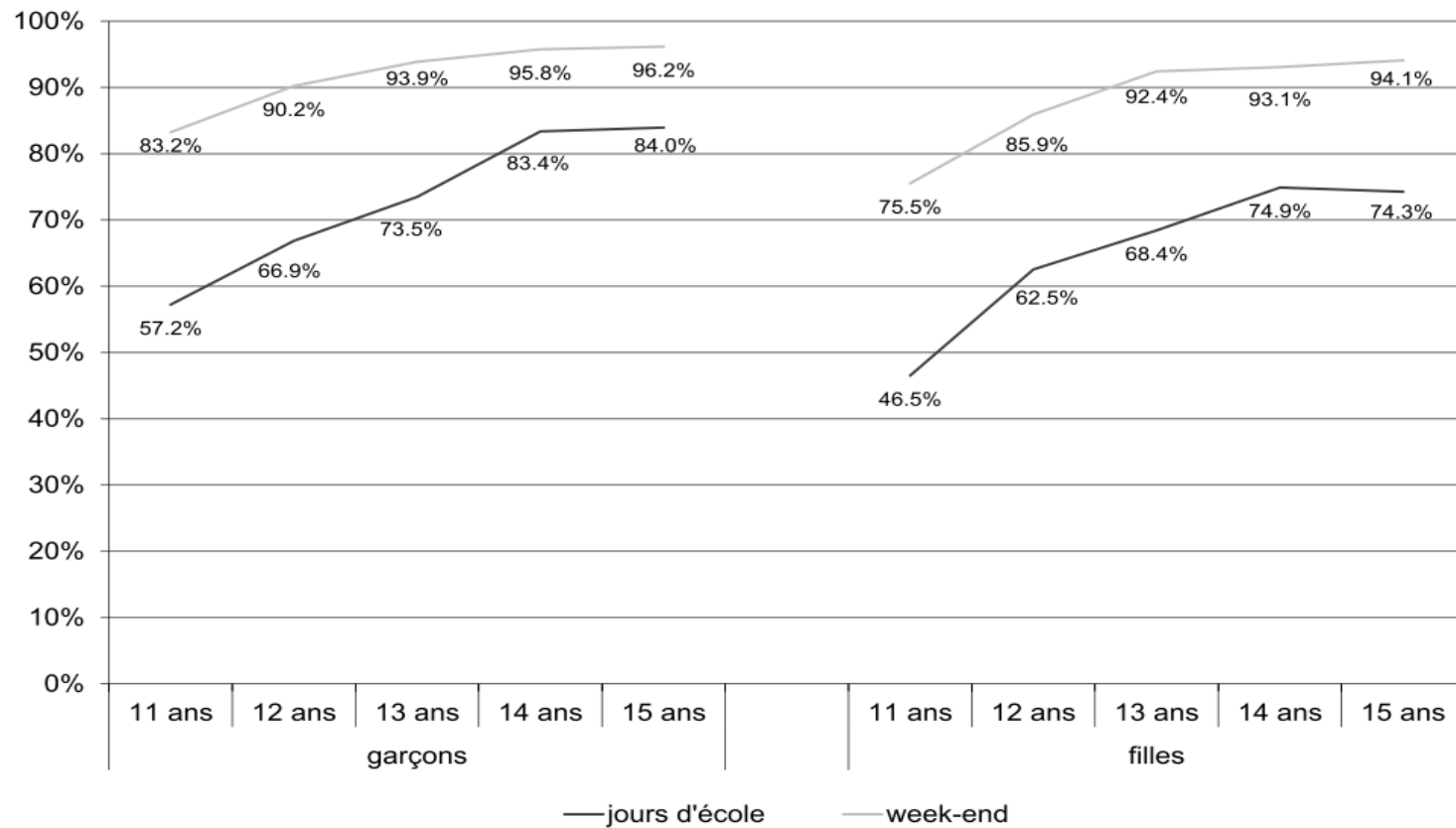
- En 2010, 29% des jeunes de 15 ans ont déjà fait usage de cannabis dans leur vie.
- En 2010, 7% des 15 ans ont répondu avoir pris du cannabis au moins 3 fois dans le mois précédent.
- Prévalence à vie: globalement une stagnation par rapport à 2006, avec cependant une légère baisse chez les filles.

HBSC 2010, www.hbsc.ch

Quelques repères

- A 11 ans, au moins une fois par semaine, 0,6% des garçons fument et 2,6% boivent de l'alcool, 0.2% des filles fument et 1% boivent de l'alcool.
- A 13 ans, au moins une fois par semaine, 4,6% des garçons fument et 8,1% boivent, tandis que 3,9% des filles fument et 4,5% boivent de l'alcool.
- A 15 ans, au moins une fois par semaine, 19,4% des garçons fument et, 26,5% boivent de l'alcool 15% des filles fument et 13% boivent de l'alcool.
- A 15 ans, 16,3% des garçons et 10,7% des filles consomment du cannabis (30 derniers jours).

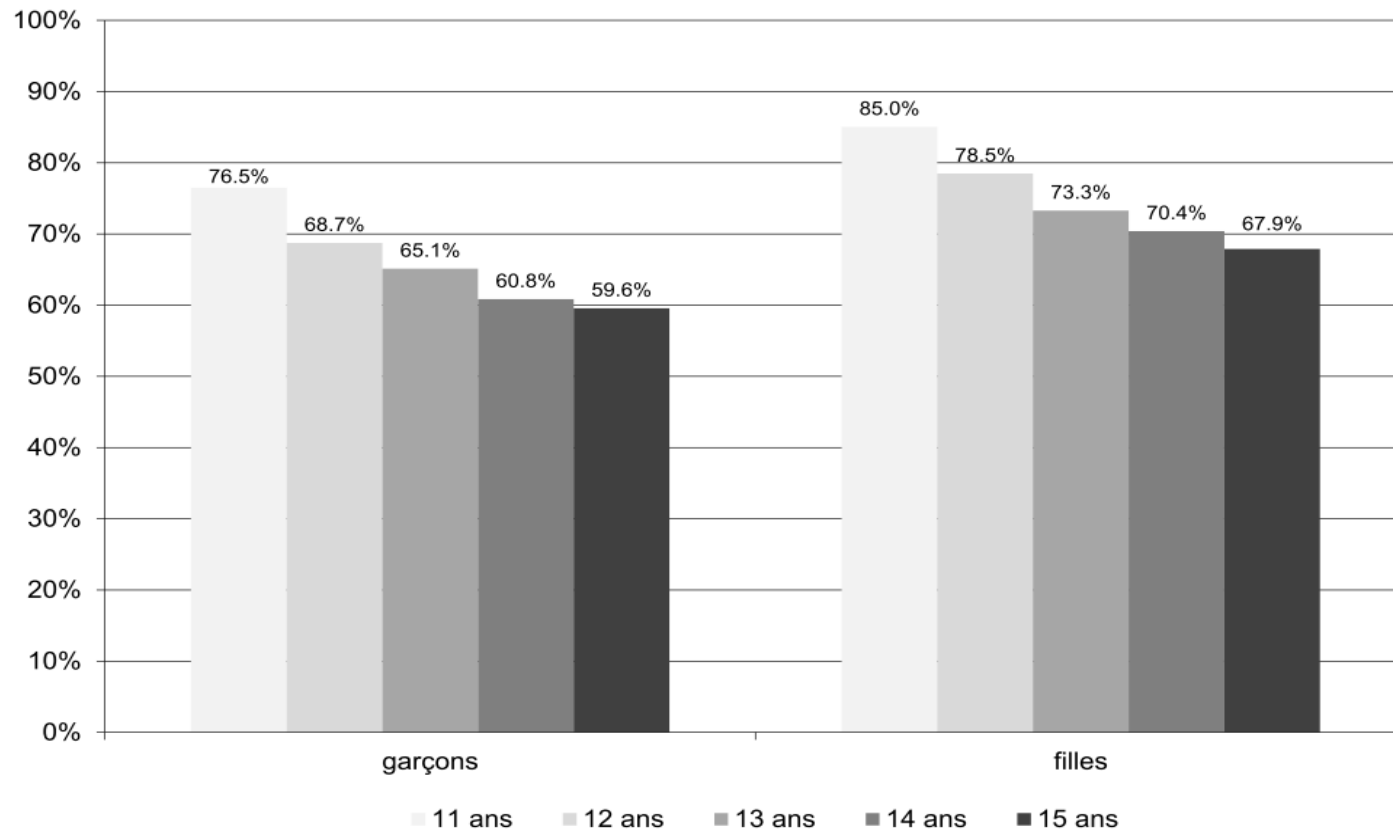
Fréquence des activités de loisirs sédentaires



Les jeunes et l'école

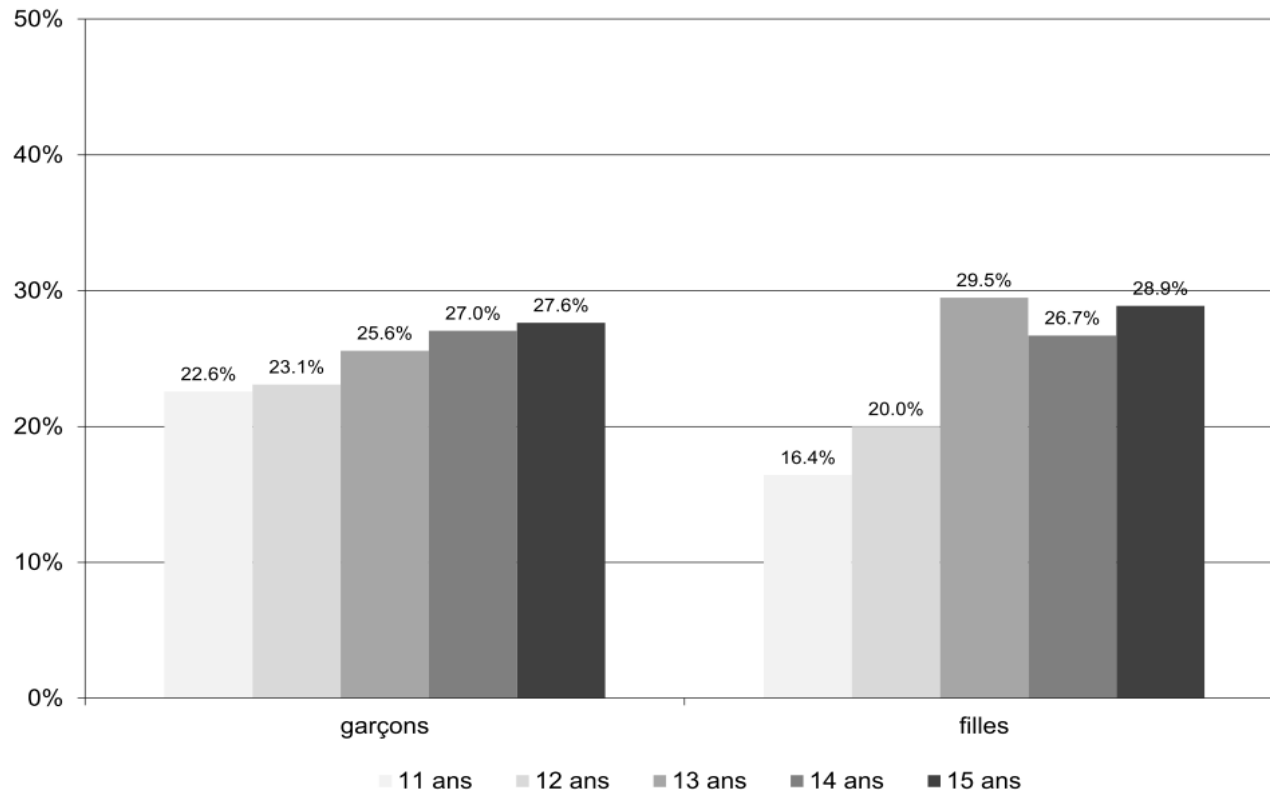
Attitude vis-à-vis de l'école

Proportion des élèves de 11 à 15 ans aimant un peu ou beaucoup l'école (HBSC 2010)



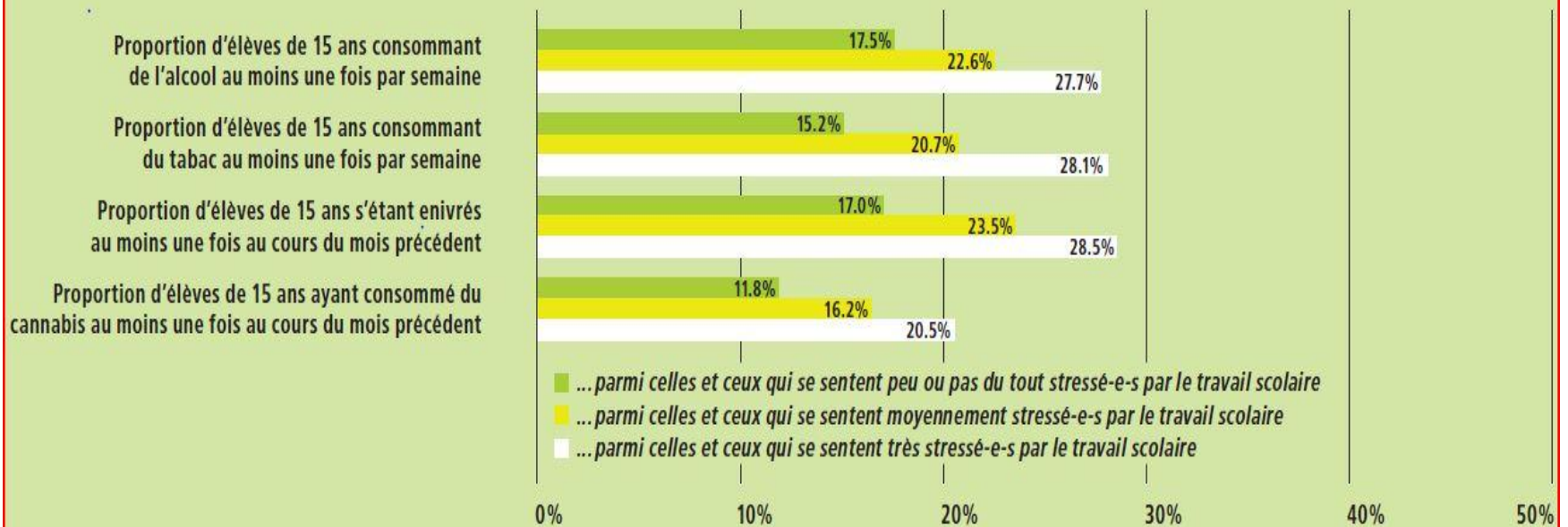
Stress lié au travail scolaire

Proportion d'élèves se sentant assez voire très stressés par le travail scolaire (HBSC 2010)



Les substances.... et le stress à l'école

Le travail scolaire comme source de stress



Exemple de lecture du graphique: dans le groupe des élèves qui se sentent très stressé-e-s par le travail scolaire, la part de celles et ceux qui consomment de l'alcool au moins une fois par semaine est de 27.7%. Chez celles et ceux qui se sentent peu ou pas du tout stressé-e-s, cette part est de 17.5%.

Climat scolaire

- Un règlement connu de tous, une clarification des rôles
- Des espaces d'échange et de repos
- Des processus participatifs
- Des personnes ressources
- Des enseignant-e-s pas stressés (...)



Ce qu'il faudrait éviter

- Ne transmettre que des connaissances et masquer la personnalité
- Ignorer la réalité des élèves
- Donner plus d'importance à la structure et aux buts qu'aux personnes
- Ne voir les enfants et les jeunes que comme des élèves
- Estimer les élèves seulement sur leurs performances sans observer leurs contraintes et potentiels
- Créer une pression inutile
- Cultiver/susciter la peur

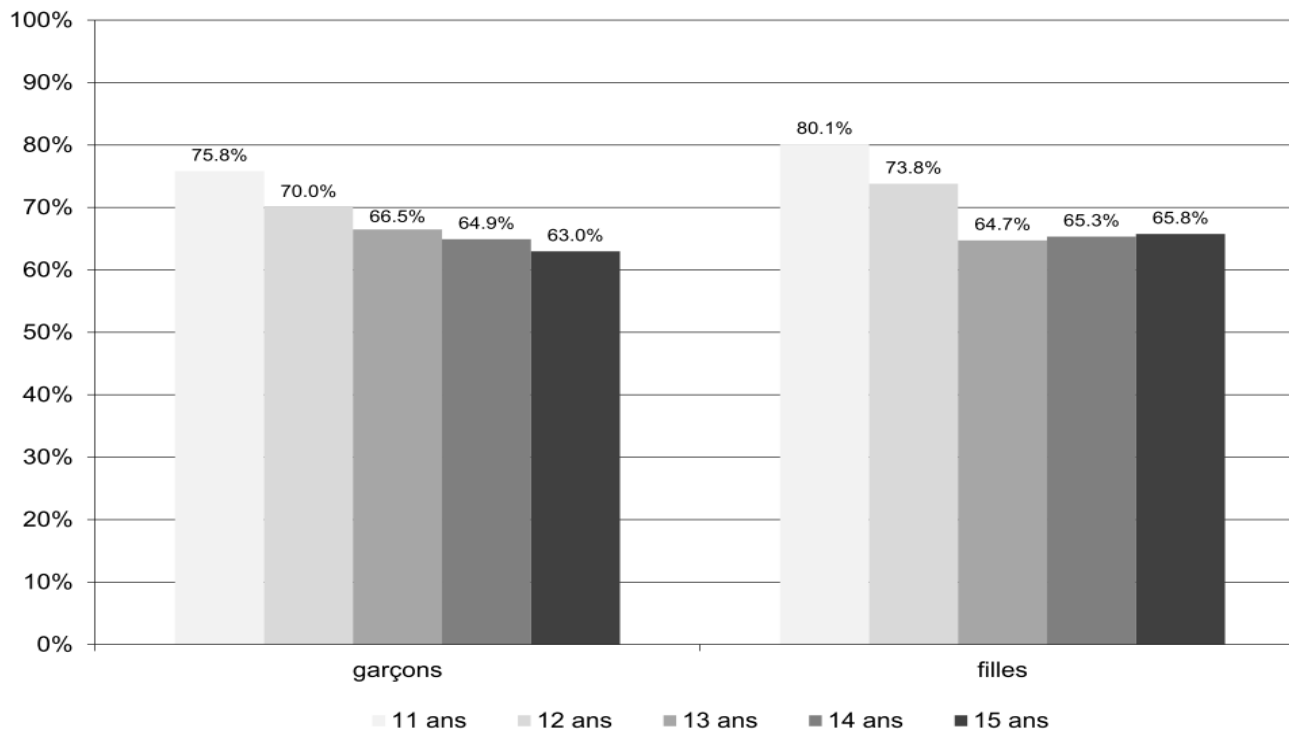
Ce vers quoi il faut tendre

- Discussion basée sur les faits
- Possibilités de participation pour les élèves
- Communication ouverte
- Appréhender les enfants et ados comme des personnalités à part entière
- Donner des consignes claires
- Développer la joie de vivre
- Valoriser un savoir utilisant l'expérience et l'action

(Suchtprävention in der Schule, 2012, Österreich)

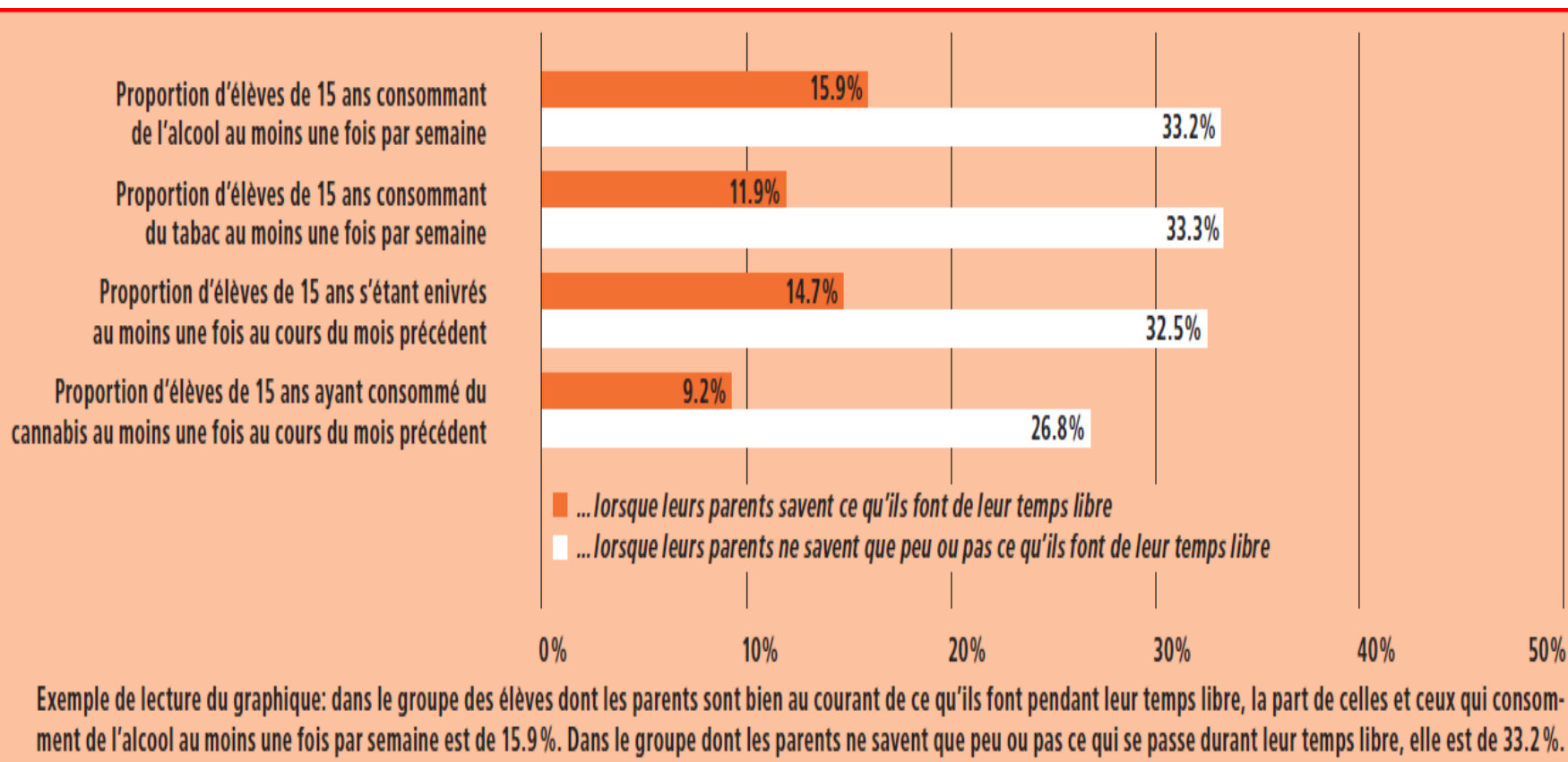
Appréciation des performances scolaires

Proportion d'élèves selon lesquels l'appréciation de leur enseignant est bonne voire très bonne



Impliquer les parents

Fumer, boire, et le lien avec les parents



HBSC 2010

ESSKI: «les parents et l'école fortifient les enfants»

- Six cantons alémaniques
 - Élèves: «Fit und stark fürs Leben» 12 semaines
 - Parents: « Triple P »
 - Enseignant-e-s: cours de gestion du stress
- Résultats positifs pour tous les participant-e-s
- Les interventions à plusieurs niveaux sont plus efficaces.

www.esski.ch

Peer Eltern an Schule (PEaS)

I. Formation de formateur

PEaS

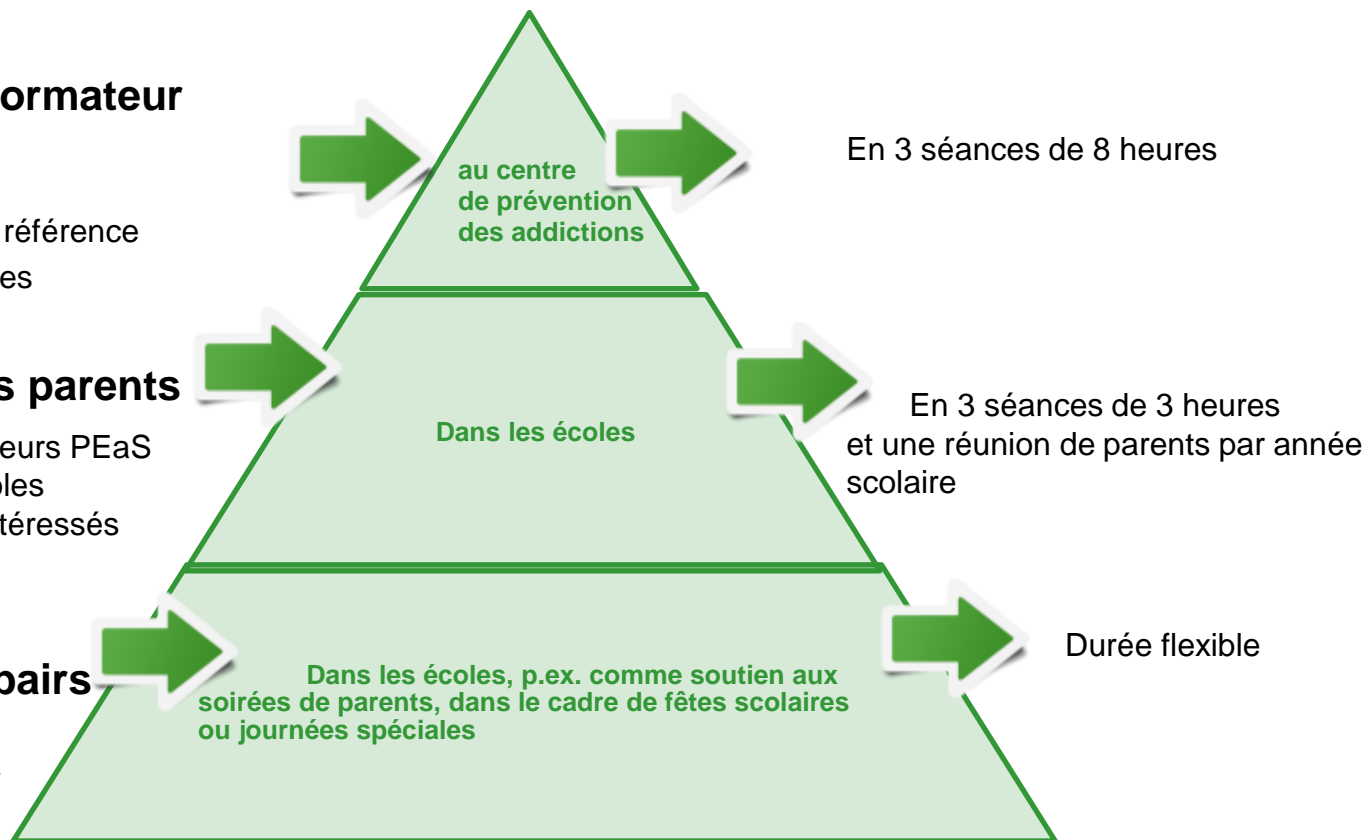
pour enseignant-e-s de référence
éducateurs et éducatrices
médiateurs scolaires

II. Cours pour les parents

Effectué par des formateurs PEaS
dans les différentes écoles
pour tous les parents intéressés

III. Travail entre pairs

Les parents formés
transmettent leur savoir
à d'autres parents



Peer Eltern an Schule (PEaS)

- **Soutien du service spécialisé en prévention des addictions**
 - Séances d'orientation
 - Formation continue
 - Objets et sacs PEaS
 - Rapports d'évaluation
- **Travail de réseautage par une coopération obligatoire avec**
 - Les décideurs dans le domaine de la santé, de l'enseignement et la jeunesse
 - Programme du Land pour une **école bonne et saine**
- **Accent dans le domaine des genres et de la diversité**
 - entre autres: traductions et prise en charge des enfants

www.addictionsuisse.ch / Thèmes / Publics cible/ parent / congrès

Procéder par petits pas

- Envoi des « lettres aux parents » lors du passage au cycle 3 (Tessin)
- Courrier aux parents par le service de santé scolaire à l'approche de l'été (Lausanne)
- Les parents viennent à l'école voir une réalisation des élèves en lien avec la prévention (Jura, Neuchâtel)

En classe

À chaque âge des buts adaptés

Cycle 1 (4 à 8 ans)

- Les élèves savent que l'alcool et le tabac sont des substances psychoactives et comportent des risques.
- Ils connaissent les mécanismes basiques de la publicité pour l'alcool et le tabac.
- Ils disposent de capacité de contrôle de soi et de résolution de problèmes et les possibilités de faire face au stress et aux sentiments négatifs.

À chaque âge des buts adaptés

Cycle 2 (8-12 ans)

- Effets, risques, motifs de consommation des drogues légales et illégales / comportements
- Lois principales, ressources d'information + aide
- Ils connaissent l'influence des pairs et des médias sur la consommation, et savent comment résister à la pression du groupe
- Ils connaissent des alternatives et disposent de capacités à résoudre les problèmes

À chaque âge des buts adaptés

Cycle 3 (12 à 15 ans)

- Les élèves échangent sur leurs éventuelles tendances de consommation et connaissent des alternatives
- Ils disposent de connaissances avancées sur les risques et les motifs des consommations
- Ils échangent sur les attitudes personnelles et sociétales, les normes et les opinions sur les substances
- Ils connaissent l'influence des pairs et des médias et savent la contrer
- Ils disposent de capacités pour résoudre les problèmes et affronter le stress et les sentiments négatifs

Matériel pédagogique

- 2 cahiers tabac, 6 cahiers alcool: infos avec activités à faire en classe:
 - Publicité / Société / Ivresses / Motifs / Dans le corps / Circulation
- Sites pédagogiques sur l'alcool:
www.alcooldanslecorps.ch / www.alcooletcirculation.ch/

D'autres outils disponibles sur www.addictionsuisse.ch/ / matériel d'information/

Ressources

Les centres cantonaux de prévention sont là pour vous soutenir:

BE: www.beges.ch

FR: www.reper-fr.ch

GE: www.car-adds.ch/

JU: www.trans-at.ch

NE: www.fondation-neuchatel-addictions.ch

VD: www.fva.ch / www.aacts.ch / www.levant.ch

VS: www.addictionvalais.ch

+ CIPRET



Expérimenter le changement

« *Initiierte Abstinenz* »

- Elèves de 12 à 15 ans
- Les participant-e-s choisissent volontairement de renoncer pour 2 semaines à un comportement/une substance.
- But : expérimenter un changement, pour l'inscrire dans la durée
- Evaluation: effet à moyen terme (baisse de consommation)

(Kalke, Raschle (2002): Lernen durch Verzicht)

- Expérience non fumeur : délai au 31.10.2013 (www.at-suisse.ch)
- Semaine sans écrans (6^e-8^e) à Fribourg (www.reper-fr.ch)

Echanger

Théâtre

Théâtre forum, pièce montée par les élèves,...

World café

Pour les jeunes, pour les parents

Dialogue philosophique

Projet In medias

Concours d'affiches, de films

Permet de convoquer les parents



Interventions motivationnelles brèves

Groupe cible: écoles professionnelles / postobligatoires

Intervention:

sélection par groupes selon fréquence de consommation
2 heures par des professionnels extérieurs
Entretien motivationnel

Evaluation: effets positifs sur les groupes à risque (ivresse 3-4 fois par mois), pas sur les groupes à risque élevé.

www.addictionsuisse.ch

www.fs-suchtpraevention.zh.ch

