



Programmes efficaces

Il existe des programmes scolaires universels et efficaces qui réduisent le risque de consommation problématique de substances chez les jeunes en favorisant leur épanouissement personnel.

Si vous cherchez « prévention de la consommation de substances en milieu scolaire » sur Google, vous obtiendrez près de 2 000 000 de résultats. En cette ère de surabondance d'information, il n'est pas toujours évident de savoir quelles stratégies de prévention sont actuelles, crédibles ou efficaces.

La recherche montre que les programmes traditionnels de prévention de la consommation de substances en milieu scolaire visent généralement à sensibiliser davantage les élèves aux conséquences sociales et sanitaires possibles de cette consommation et sont largement inefficaces sans autre intervention. De toute évidence, il est important d'avoir des conversations ouvertes et honnêtes sur la consommation de substances en milieu scolaire et de fournir des renseignements équilibrés aux jeunes; toutefois, les initiatives axées sur les connaissances ne tiennent pas compte des nombreux facteurs qui contribuent à la consommation problématique de substances. Inversement, les programmes scolaires qui mettent l'accent sur l'épanouissement personnel des jeunes et sur la santé et le bien-être en général offrent une approche plus générale pour prévenir la consommation problématique de substances.

Les programmes d'épanouissement personnel des jeunes reflètent le point de vue selon lequel les jeunes sont des individus avec des forces inhérentes et un potentiel infini, et non des personnes avec des problèmes qui doivent être résolus. Ces programmes donnent la priorité au développement des aptitudes sociales et affectives des jeunes, y compris celles liées à la conscience de soi, à la communication, à l'autorégulation et à la résolution des conflits. Ces compétences les aident à établir des relations bienveillantes et leur permettent d'avoir des expériences positives et des ressources qui favorisent le bien-être. Une telle orientation favorise le développement sain chez les jeunes et exerce une influence protectrice majeure contre la consommation problématique de substances, ainsi que contre les problèmes de santé mentale, l'intimidation et la violence.

Il existe des programmes d'épanouissement personnel des jeunes fondés sur des données probantes qui s'arriment bien aux attentes du programme d'études plutôt que d'ajouter aux responsabilités actuelles du personnel scolaire. Les relations saines, la pression des pairs, la prise de décision, la conscience de soi et l'empathie, un format interactif, du matériel stimulant et pertinent et des occasions de réflexion personnelle et de partage entre les pairs sont tous des éléments communs de programmes efficaces d'épanouissement personnel des jeunes.

Les programmes *L'ABC des relations saines* et *Les relations saines Plus* ont été élaborés à l'intention des systèmes scolaires canadiens. Ils sont fondés sur l'idée que les aptitudes relationnelles peuvent être enseignées de la même façon que les autres aptitudes scolaires ou sportives (voir www.youthrelationships.org) (en Anglais). La recherche sur *L'ABC des relations saines* a montré des résultats prometteurs dans la promotion des aptitudes socio-émotionnelles et la réduction de la violence et des comportements à risque connexes. Il existe différents programmes d'études de *L'ABC des relations saines* pour s'adapter aux différents niveaux scolaires et systèmes d'éducation. L'équipe *L'ABC des relations saines* a également élaboré des programmes spécifiques pour les jeunes LGBTQ2 et les jeunes autochtones parce que ces populations ont des facteurs de protection uniques qui peuvent être renforcés en soulignant l'identité et la connectivité, mais qui sont aussi plus à risque de résultats défavorables comme la consommation problématique de substances.

Les écoles sont un milieu où il est équitable et réalisable de mettre en œuvre des programmes universels d'épanouissement personnel des jeunes, d'autant plus que ces programmes ne ciblent pas des groupes spécifiques ou des comportements problématiques. Tous les jeunes peuvent profiter de l'élaboration d'une trousse d'outils et de mesures de soutien qui les aident à se protéger contre les résultats défavorables, comme la consommation problématique de substances, et cela peut être réalisé grâce à des programmes scolaires efficaces qui favorisent l'épanouissement personnel des jeunes.

Pour de plus amples renseignements sur ce sujet, consultez notre série Prévention de la consommation problématique de substances par le développement positif des jeunes, qui se trouve à l'adresse <https://www.csmh.uwo.ca/research/positive-youth-development.html> (en Anglais).



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Western  Centre for School
Mental Health