

Instantané de recherche

Accroître la capacité à résister à la pression des pairs grâce à une intervention en milieu scolaire

Sur quoi portent ces recherches?

Le programme L'ABC des relations saines est une intervention en milieu scolaire qui s'appuie sur des faits probants dans le but d'enseigner aux élèves comment instaurer des relations saines. Les élèves qui participent à ce programme découvrent ainsi des stratégies réduisant potentiellement le risque de céder aux pressions dont ils pourraient faire l'objet de la part de leurs pairs. Outre un essai contrôlé effectué sur échantillons aléatoires, des données d'observation furent collectées auprès de 196 élèves de 9^e année pendant trois mois après leur participation au programme. Les élèves ont participé à des jeux de rôle en compagnie d'élèves acteurs plus âgés. La fréquence à laquelle les élèves ont eu recours à des techniques de résistance à la pression de leurs pairs a été notée afin de comparer les résultats des élèves ayant participé au programme L'ABC des relations saines et ceux des élèves qui n'y ont pas participé. L'étude a démontré que le programme a effectivement transmis aux élèves les techniques requises pour réduire les comportements négatifs au sein de groupes d'amis.

« Le programme L'ABC des relations saines apprend aux élèves des techniques positives en matière de relations humaines, telles que la négociation et la remise à plus tard, afin qu'ils sachent comment agir dans des contextes amicaux et amoureux difficiles...

Les élèves qui ont participé au programme étaient plus susceptibles d'avoir recours à des techniques de négociation et risquaient ainsi moins de céder à la pression négative. » [TRADUCTION LIBRE]

Comment les chercheurs ont-ils procédé?

196 élèves de 9^e année (dont 56 % étaient de sexe féminin) provenant de six écoles faisant partie d'un essai contrôlé sur échantillons aléatoires de plus grande envergure ont participé à plusieurs jeux de rôle. Ces jeux avaient été conçus pour provoquer des comportements de résistance face à la pression exercée par des pairs.



Ce que vous devez savoir

L'équipe de recherche a examiné les techniques de résistance à la pression que démontraient de jeunes élèves après avoir été exposés à un programme axé sur le développement de relations saines. Par l'entremise de jeux de rôle, des observateurs aguerris ont pu consigner la fréquence de recours à des techniques de résistance à la pression des pairs. Les résultats ont indiqué que les élèves qui avaient pris part au programme axé sur le développement de relations saines démontraient une plus grande capacité de résistance aux pressions en lien avec la consommation de drogues ou d'alcool, des rapports sexuels non protégés, ou la participation à des actes de violence sur d'autres adolescents, que les élèves n'ayant pas participé au programme.

La fréquence à laquelle les élèves ont eu recours aux techniques enseignées dans le cadre du programme L'ABC des relations saines a été consignée par des chercheurs qui ne savaient pas quels élèves avaient participé au programme et lesquels n'y avaient pas participé. En outre, un groupe d'enseignants a évalué l'efficacité globale des techniques de communication interpersonnelle et de résistance à la pression des pairs mises en œuvre par les élèves.

Qu'entend-on par « techniques de résistance à la pression des pairs » ?

L'expression « technique de résistance à la pression des pairs » fait référence aux tactiques mises en œuvre par les adolescents lorsqu'ils sont confrontés à la pression de leurs pairs. Les techniques de résistance positives ont tendance à avoir des résultats positifs, ce qui n'est pas le cas des techniques de résistance négatives.

Le programme L'ABC des relations saines enseigne aux jeunes adolescents trois techniques positives de résistance à la pression des pairs : remettre à plus tard, rester en dehors de la situation ou changer de sujet de conversation; refuser, simplement dire « non »; et négocier, faire des compromis sur l'activité qu'ils vont effectuer avec les amis en question. Deux techniques de résistance négatives sont également enseignées, mais elles ne permettent pas d'obtenir des résultats efficaces face à la pression exercée par des pairs : capituler, céder à la pression; obéir, être tout simplement d'accord avec la personne et accepter ce qui a été discuté.

Quelles ont été les conclusions des chercheurs?

Les jeunes qui ont participé au programme L'ABC des relations saines étaient sept fois plus susceptibles d'avoir recours aux tactiques permettant de remettre à plus tard et deux fois plus susceptibles d'utiliser des tactiques de négociation afin de s'extraire de la situation de pression. Les jeunes filles avaient plus tendance à employer des tactiques consistant à remettre à plus tard que les garçons; les tactiques de négociation étaient quant à elle utilisées autant par les garçons que par les filles. Les élèves appartenant au groupe de contrôle et les élèves ayant participé au programme L'ABC des relations saines ont utilisé à parts égales les techniques de refus. Le groupe d'enseignants a estimé que les élèves ayant participé au programme étaient plus efficaces dans tous les domaines.

La plupart des élèves apprennent à l'école à gérer la pression exercée par les amis en disant « non » seulement. Pour les chercheurs, il est donc logique que tous les élèves cherchent à utiliser le refus pour résister à la pression des pairs. Les élèves du groupe de contrôle étaient plus susceptibles de céder à la pression des pairs en utilisant seulement le refus que leurs camarades du groupe ayant participé au programme.

Comment utiliser les résultats de ces recherches?

Il est possible d'enseigner aux élèves des techniques leur permettant de résister à la pression de leurs pairs. Apprendre aux élèves à seulement dire non ne semble pas leur donner les clés dont ils ont besoin pour gérer de manière efficace les pressions exercées par leurs pairs. Afin de réduire les risques de comportements sexuels malsains, de violence envers les pairs et de toxicomanie, il est essentiel d'enseigner aux élèves d'autres techniques de résistance.

Dans le cadre du programme L'ABC des relations saines, les élèves ont pu découvrir plusieurs manières de réagir face à des situations dangereuses. L'étude montre que la négociation apparaît plus efficace que le seul fait de dire non. De même, disposer de plusieurs outils semble permettre aux élèves de mieux résister à la pression des pairs.

Compte rendu de recherche d'origine

Pour obtenir une description complète des recherches qui ont été menées et de leurs résultats, veuillez consulter le compte rendu de recherche complet (article en anglais seulement) :

Wolfe, D.A., C.V. Crooks, D. Chiodo, R. Hughes et W. Ellis. « Observations of adolescent peer resistance skills following a classroom-based healthy relationship program: A post-intervention comparison », *Prevention Science*, 2012, 13, p. 196-205.

À propos des auteurs

David Wolfe, professeur et chercheur au Centre de recherche et d'éducation sur la violence faite aux femmes et aux enfants, faculté d'éducation, Université Western. **Claire Crooks**, professeure agrégée et directrice du Centre for School Mental Health, faculté d'éducation, Université Western. **Deb Chiodo**, associée en recherche à CAMH et candidate au doctorat, faculté d'éducation, Université Western. **Ray Hughes**, coordonnateur de la formation nationale pour le programme L'ABC des relations saines. **Wendy Ellis**, professeure agrégée, département de psychologie, Kings University College, Université Western.

Mots clés : jeunes; relations; violence dans les fréquentations amoureuses; toxicomanie; prévention en milieu scolaire

À propos de ce résumé : Ce résumé a été rédigé par Tessa Alexander, candidate à la maîtrise à l'Université Western.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le Centre for School Mental Health de l'Université Western, rendez-vous sur le site www.edu.uwo.ca/csmh (en anglais seulement).

