

ALCOOL, CANNABIS ET AUTRES DROGUES

PAS DE RISQUES À PRENDRE

Planification des actions préventives basée sur les meilleures pratiques dans les milieux d'enseignement fréquentés par les jeunes adultes

La légalisation du cannabis constitue une opportunité, pour les milieux d'enseignement, de se questionner sur les actions en place et celles à développer en fonction des meilleures pratiques. Une des clés est de se donner le temps de regarder ce qui se fait déjà, de faire des choix basés sur les meilleures pratiques et de planifier les actions à déployer. Parfois, il vaut mieux faire moins, mais faire bien!

En prévention des problèmes de consommation d'alcool, de cannabis et d'autres drogues, les actions devraient permettre aux jeunes adultes de développer des facteurs de protection, mais aussi de réduire les risques associés à la consommation de substances psychoactives.



Dans ce document, vous trouverez des pistes de réflexion et d'action qui concernent principalement les milieux de vie, la promotion de la santé et la prévention universelle.



CONDITIONS D'EFFICACITÉ DES ACTIONS PRÉVENTIVES EN MILIEU SCOLAIRE



Les actions sont planifiées avec l'ensemble des acteurs du milieu en fonction des besoins et des priorités.



Plusieurs actions agissent de façon cohérente sur plus d'un niveau (le jeune adulte, le milieu de vie, la famille, la communauté).



L'engagement actif des élèves et des étudiants est au cœur des actions éducatives et des actions sur les milieux de vie.



Les actions sont appropriées et adaptées selon le niveau de développement.

La rédaction de ce feuillet est inspiré des guides existants pour les écoles secondaires: *Guide à l'intention des écoles secondaires de la Montérégie – Problèmes de consommation et bonnes pratiques scolaires* (2015) ainsi que le guide *Prévention des toxicomanies du Service des ressources éducatives de la Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys* (2017). D'autres sources spécifiques pour la clientèle des jeunes adultes ont été consultées: Gagnon, Côté et April (2011), Dennhardt et Murphy (2013), Arias-De la Torre et coll. (2017), Valleriani et coll. (2018).

POUR CHACUNE DE CES BONNES PRATIQUES, VOTRE MILIEU D'ENSEIGNEMENT DOIT-IL POURSUIVRE SES ACTIONS, LES BONIFIER OU LES DÉVELOPPER ?

Milieus sains, bienveillants et sécuritaires

- Est-ce que l'établissement se considère comme un milieu valorisant les saines habitudes de vie et les comportements protecteurs (non-consommation, consommation responsable, réduction des méfaits)?
- Quelles sont les occasions, pour les élèves, les étudiants et les membres du personnel, de discuter de façon interactive, ouverte et sans jugement à propos de la consommation?
- Quelle est la contribution des élèves et des étudiants dans les processus décisionnels et la planification des actions qui les concernent?
- Est-ce qu'un protocole d'intervention a été rédigé avec la collaboration du milieu?
- Est-ce que les membres du personnel, dont les enseignants, sont informés des actions à poser lors d'une inquiétude ou d'une situation en lien avec la consommation de substances? Est-ce que les ressources disponibles sont connues, reconnues et communiquées aux élèves, aux étudiants ainsi qu'aux membres du personnel?

Promotion de la santé et prévention universelle

- Est-ce que la situation relative à la consommation est bien connue? Quelles sont les croyances et les perceptions des élèves, des étudiants et du personnel au sujet de la consommation?
- Est-ce qu'un portrait des mesures préventives réalisées dans l'établissement est fait régulièrement? Est-il apprécié en fonction des meilleures pratiques (voir quelques pistes à la page 4)?
- Est-ce que les actions favorisent la participation active des élèves et des étudiants (plus interactives qu'informatives)?
- Est-ce que les actions de prévention sont réalisées en collaboration avec les partenaires de la communauté (CISSS ou CIUSSS, organismes communautaires, municipalités, etc.)?

Prévention ciblée et intervention individualisée

- Le milieu offre-t-il aux jeunes à risque des occasions de mise en valeur de leurs forces et de contribution à leur milieu de vie?
- Quel soutien est offert aux élèves et aux étudiants en transition (familiale, personnelle) ou qui cumulent des facteurs de risque (isolement, échecs)?
- Quel soutien est offert aux élèves et aux étudiants qui vivent des difficultés en lien avec la consommation de substances?
- Quel soutien est offert lorsque les règles en lien avec l'usage et la possession ne sont pas respectées?
- Est-ce que l'approche de réduction des méfaits (diminuer la consommation ou les conséquences négatives associées à la consommation de drogues ou d'alcool) est connue, comprise et soutenue dans le milieu?

PRINCIPAUX FACTEURS DE RISQUE (⚡) ET DE PROTECTION (♥) RECONNUS DANS LE DÉVELOPPEMENT DE PROBLÈMES DE CONSOMMATION DE SUBSTANCES CHEZ LES JEUNES ADULTES

Ils peuvent être utiles dans la planification d'activités de prévention universelle et ciblée.

	INDIVIDU	FAMILLE	MILIEUX DE VIE
DE 15 À 19 ANS	<ul style="list-style-type: none"> ⚡ Difficultés scolaires ⚡ Perceptions erronées sur la consommation ⚡ Faibles habiletés sociales ⚡ Stress, détresse ♥ Réussite scolaire ♥ Estime de soi élevée ♥ Bonnes habiletés de résolution de problèmes ♥ Saines habitudes de vie 	<ul style="list-style-type: none"> ⚡ Supervision inadéquate des parents ⚡ Faible attachement avec les parents ♥ Lien d'attachement élevé ♥ Encadrement et supervision prévisible ♥ Soutien entre les membres de la famille ♥ Rituels familiaux 	<ul style="list-style-type: none"> ⚡ Faible appartenance ou engagement à l'école ⚡ Pairs problématiques ou consommateurs ⚡ Normes permissives de la communauté face à la consommation ♥ Présence d'un adulte significatif ♥ Engagement et appartenance à plus d'un milieu (école, association culturelle ou sportive, organisme communautaire, etc.) ♥ Normes positives valorisées (attitudes et comportements sains et protecteurs) ♥ Disponibilité des ressources
DE 20 À 24 ANS	<ul style="list-style-type: none"> ⚡ Rejet des rôles adultes traditionnels ⚡ Stress, détresse ♥ Exploration de son identité ♥ Perception d'être capable de faire des choix et d'être indépendant ♥ Motivation à réussir 	<ul style="list-style-type: none"> ⚡ Vivre seul ⚡ Conflits familiaux ♥ Lien d'attachement élevé ♥ Équilibre entre l'autonomie et la relation avec la famille ♥ Être en couple 	<ul style="list-style-type: none"> ⚡ Pairs consommateurs ⚡ Normes permissives de la communauté face à la consommation ♥ Obtention d'un diplôme ♥ En emploi ♥ Occasions d'exploration dans le travail et les études ♥ Lien significatif avec des adultes extérieurs à la famille

Sources : Brisson (2014), Stone et coll. (2012), Viner et coll. (2012), Gagnon et Rochefort (2010), SAMHSA (2009), Noël et coll. (2006), MSSS (2001).

EXEMPLES D'OCCASIONS À SAISIR :



- ▶ Sécurité au travail en formation professionnelle (aborder les perceptions erronées sur la consommation)
- ▶ Périodes d'examens (offrir des moments de détente et de réflexion sur la performance)
- ▶ Accueil de nouveaux élèves/étudiants (promouvoir le mentorat et les lieux de soutien)

PRATIQUES À PRIVILÉGIER AUPRÈS DE L'ENSEMBLE DES ÉLÈVES ET DES ÉTUDIANTS	PRATIQUES À ÉVITER AUPRÈS DE L'ENSEMBLE DES ÉLÈVES ET DES ÉTUDIANTS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Promotion de normes positives/moindre risques de consommation (ex. : cannabis ≠ conduite d'un véhicule à moteur, choix du lieu et du moment, respect des autres, entreposage responsable et sécuritaire) ▶ Baser les interventions sur la réduction des méfaits (diminuer les conséquences négatives associées à la consommation d'alcool ou autre drogue pour la personne) ▶ Lorsque les risques sont présentés, aborder le court terme et le moyen terme ▶ Auprès des jeunes qui consomment, encourager et favoriser toutes les interventions visant à rehausser leurs capacités et leur engagement dans leurs apprentissages ▶ Corriger les croyances à partir de données réelles de consommation (sondage local ou données d'enquêtes) et d'informations fiables 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Donner uniquement de l'information sur les substances et leurs effets ▶ Dramatiser, culpabiliser ou porter des messages moralisateurs faisant appel à la peur ▶ Axer les interventions uniquement sur les mesures de contrôle

En plus des ressources déjà présentes dans les établissements, différentes collaborations sont possibles et sont variables d'une région à l'autre. Pour la formation du personnel, l'animation d'activités préventives ou du soutien dans votre réflexion sur les meilleures pratiques de prévention, des ressources d'aide sont disponibles :

- ▶ Direction de santé publique du CISSS ou du CIUSSS;
- ▶ Organismes en prévention des dépendances (consultez le site <http://aqcid.com/fr/>);
- ▶ Organismes communautaires jeunesse, dont les maisons des jeunes.

RESSOURCES D'AIDE POUR LES ÉLÈVES, LES ÉTUDIANTS ET LES PARENTS	
ÉLÈVES ET ÉTUDIANTS	PARENTS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Intervenants dans les établissements ▶ Intervenants dans les maisons des jeunes et les autres organismes communautaires ▶ Tel-jeunes 24/24, 7/7 (teljeunes.com – 1 800 263-2266) ▶ Info-Social (composez le 811) ▶ Accueil psychosocial du CLSC du CISSS ou du CIUSSS de votre région 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ligne Drogue : aide et référence 24/24, 7/7 (www.drogue-aidereference.qc.ca – 1 800 265-2626) ▶ LigneParents 24/24, 7/7 (ligneparents.com – 1 800 361-5085) ▶ Services à l'entourage du centre de réadaptation en dépendance du CISSS ou du CIUSSS de votre région

Dans le contexte de la légalisation du cannabis, des outils supplémentaires sont disponibles sur le site encadrementcannabis.gouv.qc.ca.

D'autres outils sont également disponibles sur le msss.gouv.qc.ca/professionnels/dependances/.