ALCOOL, CANNABIS ET AUTRES DROGUES

PAS DE RISQUES À PRENDRE

Planification des actions préventives en milieu scolaire au secondaire basée sur les meilleures pratiques

La légalisation du cannabis s'inscrit dans une vision de santé publique et un de ses objectifs est de protéger la santé des personnes. Au Québec, l'orientation à but non lucratif et le modèle d'encadrement qui a été choisi favorisent la mise en place d'une stratégie de prévention plus complète de même qu'un meilleur contrôle des risques associés à la consommation.

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 de développer des facteurs de protection, mais aussi de retarder l'âge d'initiation et de réduire les risques et les conséquences négatives de l'usage.

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 de l'école.

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

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

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

Ce feuillet est principalement inspiré des travaux du référent ÉKIP menés par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, le ministère de la Santé et des Services sociaux et l'Institut national de santé publique du Québec. Autres sources consultées : l'article Programmes de prévention universelle et ciblée de la toxicomanie à l'adolescence : recension des facteurs prédictifs de l'efficacité de Laventure, Boisvert et Besnard (2010), le 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).

Québec

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

Milieux sains, bienveillants et sécuritaires

- ❑ Est-ce que l'école se considère comme un milieu valorisant la non-consommation et les saines habitudes de vie ?
- ❑ Est-ce que le milieu est animé en dehors des heures de classe (pauses et dîners) ? Est-ce basé sur les champs d'intérêt des jeunes ? Sont-ils engagés dans l'animation du milieu ?
- ❑ Est-ce que les membres du personnel bénéficient de séances d'information sur la consommation de substances et des occasions d'échange sur leurs croyances et perceptions ?
- ❑ Est-ce qu'un plan de surveillance stratégique a été élaboré ?
- ❑ Est-ce qu'un protocole d'intervention a été rédigé avec la collaboration des acteurs du milieu ? Est-il basé sur une culture de recherche de solutions ? Propose-t-il des pratiques réparatrices (suspension externe non recommandée) et des services d'accompagnement et d'aide ?
- ❑ 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 jeunes ainsi qu'aux membres du personnel ?

Promotion de la santé et prévention universelle

- ❑ L'école a-t-elle un portrait des croyances, des perceptions et des comportements des jeunes en matière de consommation de substances ?
- ❑ **Est-ce que les actions préventives sont planifiées en fonction du niveau scolaire et du niveau de développement des jeunes ?**

  (voir tableau à la page 3)
- ❑ Est-ce qu'une complémentarité des actions éducatives et des actions sur les milieux de vie est visée afin d'agir sur l'ensemble des compétences ?
- ❑ Est-ce que les actions favorisent la participation active des jeunes (plus interactives qu'informatives) ?
- ❑ Est-ce que les parents sont sensibilisés au sujet de la consommation de substances et de l'ensemble des actions mises en œuvre à l'école ?
- ❑ Est-ce que les actions de prévention sont réalisées en collaboration avec les partenaires de la communauté (organismes communautaires, municipalités, etc.) ?

Prévention ciblée et intervention individualisée

- ❑ Est-ce que le milieu offre des occasions aux jeunes à risque de mettre en valeur leurs forces en contribuant activement à la planification ou à la réalisation d'actions dans le milieu ?
- ❑ Est-ce qu'une attention particulière est portée aux jeunes en transition scolaire (passage au secondaire ou postsecondaire) ou personnelle (rupture amoureuse, séparation parentale, conflit familial, etc.) ?
- ❑ Est-ce que des interventions spécifiques sont offertes aux jeunes ayant une consommation problématique ?
- ❑ 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 ?
- ❑ Est-ce que la trajectoire de services avec les services de santé du CISSS ou du CIUSSS (CLSC et centres de réadaptation en dépendance) est connue et respectée ?

EST-CE QUE LES ACTIONS PRÉVENTIVES SONT PLANIFIÉES EN FONCTION DU NIVEAU SCOLAIRE ET DU NIVEAU DE DÉVELOPPEMENT DES JEUNES ?

Les compétences communes aux différents sujets de santé font l'objet d'apprentissages tout au long du parcours scolaire. Ainsi, la promotion de la santé et la prévention universelle visent, par leur action auprès de l'ensemble des jeunes, à rehausser les facteurs de protection et à diminuer les facteurs de risque.

Les savoirs (connaissances et habiletés) suivants contribuent au développement des compétences liées aux comportements en matière de consommation d'alcool, de drogues et de jeux de hasard et d'argent.

	SAVOIRS PRIORITAIRES	COMPÉTENCES VISÉES
3E CYCLE DU PRIMAIRE	▶ Analyser l'influence des messages véhiculés par les pairs et dans les médias (y compris le marketing et la publicité) sur ses choix, sur ses attitudes et sur ses comportements. ▶ Exploiter ses forces (qualités, talents, compétences scolaires) et composer avec ses limites. ▶ Comprendre l'importance d'avoir des relations interpersonnelles et de développer des relations harmonieuses (famille, amis, première fréquentation amoureuse, personnel scolaire, entourage). ▶ Déterminer les facteurs qui facilitent l'adaptation aux changements et les facteurs qui y nuisent.	▶ Gestion des influences sociales ▶ Connaissance de soi ▶ Adoption de comportements prosociaux ▶ Gestion des émotions et du stress
1ER CYCLE DU SECONDAIRE	▶ Reconnaître des stratégies d'adaptation à des situations stressantes ou difficiles. ▶ Expliquer l'influence de ses habitudes de vie sur sa santé et son bien-être. ▶ Évaluer et adapter ses stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être. ▶ Expliquer comment les médias (y compris le marketing et la publicité) et la réglementation exercent une influence positive ou négative sur ses choix et sur ses habitudes de vie. Gérer les influences sociales.	▶ Compétences du 3e cycle du primaire ▶ Choix éclairés en matière d'habitudes de vie
2E CYCLE DU SECONDAIRE	▶ Trouver et adopter diverses stratégies pour résister aux influences négatives des pairs. ▶ Connaître des stratégies d'adaptation qui permettent d'être plus objectif par rapport à des situations stressantes ou difficiles et à ses émotions. ▶ Reconnaître les situations qui requièrent de l'aide et les facteurs qui influencent la demande d'aide pour soi ou les autres. ▶ Expliquer l'influence des comportements sécuritaires et préventifs sur sa santé et sur son bien-être. ▶ Analyser l'influence des politiques et des mesures économiques et sociales sur le façonnement de milieux de vie favorables à la santé et au bien-être (ex. : politiques, plans d'action, programmes). ▶ S'engager dans des actions visant à modifier les milieux de vie pour les rendre plus favorables à la santé et au bien-être. ▶ Discuter de la prise de risques pour soi ou les autres. ▶ Réfléchir à la transition du secondaire vers la formation professionnelle ou collégiale et le marché du travail. ▶ Réfléchir sur la conciliation travail-études.	▶ Compétences du 3e cycle du primaire et du 1er cycle du secondaire ▶ Demande d'aide ▶ Engagement social

EXEMPLES D'OCCASIONS À SAISIR :

- Cours de sciences (cerveau et effets des substances)
- Période d'examens (offrir des moments de détente, de réflexion sur la performance)
- Actualités et médias (création publicitaire)

PRATIQUES À PRIVILÉGIER AUPRÈS DE L'ENSEMBLE DES JEUNES

Au primaire,

- limiter les interventions aux questionnements des jeunes en répondant directement, succinctement et simplement ;
- renforcer les facteurs de protection et promouvoir les saines habitudes de vie.

Au secondaire,

- privilégier l'animation par des intervenants psychosociaux ayant des connaissances au sujet de la consommation et des compétences en relation d'aide ;
- dans le cas d'une animation ponctuelle par des intervenants externes, s'assurer d'un lien avec les actions et les ressources sur place, ainsi que d'une préparation avant et d'un retour avec les élèves après ;
- privilégier un contenu orienté vers le développement de compétences chez le jeune, l'amélioration de la communication et de la discipline dans la famille, la modification des perceptions erronées, les avantages perçus à consommer et les stratégies pour éviter de consommer.

PRATIQUES À ÉVITER AUPRÈS DE L'ENSEMBLE DES JEUNES

Au primaire, éviter de parler directement des substances.

Aborder le sujet à partir de la 6e année du primaire seulement si les jeunes consomment déjà de l'alcool, surtout dans les milieux défavorisés ou autochtones.

Au secondaire, éviter :

- de donner uniquement de l'information sur les substances et leurs effets ;
- de dramatiser, de culpabiliser ou de porter des messages moralisateurs faisant appel à la peur ;
- de parler des risques à long terme, trop éloignés de la réalité des jeunes ;
- de présenter des exposés magistraux ou devant de grands groupes de jeunes où les jeunes demeurent passifs ;
- de présenter des témoignages d'anciens toxicomanes, qui n'ont pas d'effets de dissuasion auprès de la majorité des jeunes ;
- de présenter des pièces de théâtre à caractère préventif, à moins qu'elles soient accompagnées d'animation avant et après l'activité et que la participation des jeunes soit favorisée.

Inspiré du guide Prévention des toxicomanies du Service des ressources éducatives de la Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys (2017).

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 ET LES PARENTS

ÉLÈVES

- Intervenants dans les écoles secondaires
- Intervenants dans les maisons des jeunes
- 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

PARENTS

- 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 encadrement**cannabis**.gouv.qc.ca.

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

Québec

18-236-10F © Gouvernement du Québec, 2018