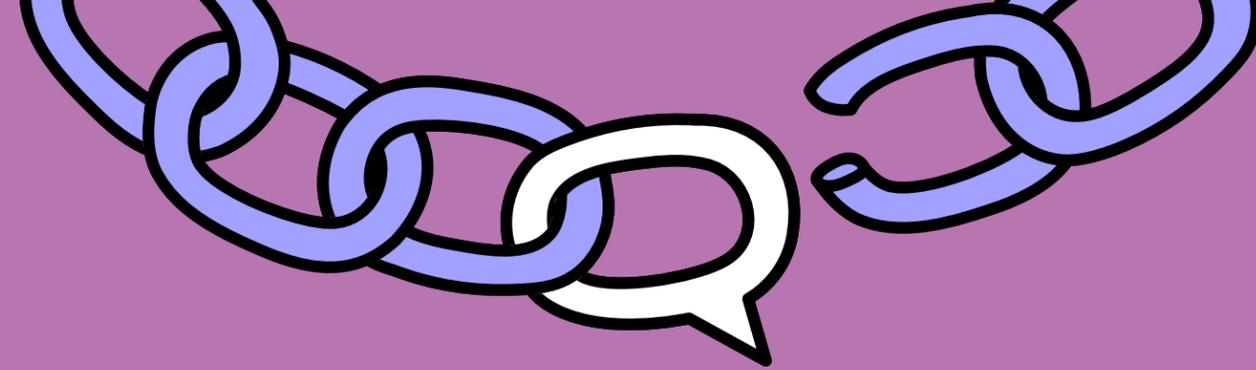


ANIMATION

SEMAINE DE PRÉVENTION DES DÉPENDANCES



À garder en tête avant d'animer les activités préventives

Environ la moitié des jeunes n'ont pas consommé des SPA ou pratiqué des JHA et certains ne le feront jamais.



La consommation d'alcool et des autres SPA et la pratique de JHA sont en baisse depuis les 20 dernières années.



Qu'importe leurs expériences, **tous les jeunes peuvent réfléchir sur les SPA et JHA**, que ce soit pour leurs propres expériences ou pour celles d'un proche.

Que ce soit en lien avec leur consommation de SPA, leur pratique de JHA ou d'autres questions, les jeunes n'ont pas tous les mêmes capacités de demander de l'aide.



IL FAUT DONC LES GUIDER SUR LES RAISONS QUI PEUVENT LES AMENER À DEMANDER DE L'AIDE POUR EUX-MÊMES OU POUR UNE AUTRE PERSONNE ET SUR LES BARRIÈRES À LA DEMANDE D'AIDE AFIN D'OPTIMISER LES CHANCES QU'ILS PRENNENT LES MESURES NÉCESSAIRES, EN CAS DE BESOIN.

Une part importante des jeunes Québécoises et Québécois n'ont pas de conséquences négatives associées à leur consommation de SPA ou à la pratique de JHA. Néanmoins, personne n'étant à l'abri des méfaits qui y sont associés, **le fait d'améliorer les compétences des jeunes pour demander de l'aide** en lien avec leur propre consommation de SPA ou pratique de JHA, ou celle de leur entourage, est **utile pour tout leur parcours de vie**. Cela leur permettra de reconnaître les signes d'un comportement problématique et d'identifier les stratégies ainsi que les ressources à leur disposition.

Bonnes pratiques

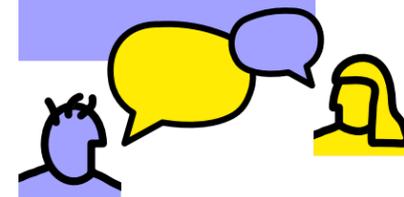
Pour être efficaces, les interventions en prévention de l'usage de substances psychoactives et de la pratique de jeux de hasard et d'argent doivent :

- être globales et planifiées;
- être menées en concertation avec les partenaires des différents milieux (école, famille et communauté) tout en respectant le mandat de chacun, de façon à planifier et à déployer des interventions cohérentes et coordonnées;
- doivent agir sur le développement des jeunes sur les plans individuels (par exemple : l'estime de soi, les compétences sociales, les habitudes de vie et les comportements sains et sécuritaires);
- être déployées de façon intensive et continue en milieu scolaire, familial et communautaire, et tout au long du cheminement des jeunes afin de favoriser le développement de compétences personnelles et sociales;
- proposer des contenus appropriés et adaptés à l'âge des élèves et aux situations de vie des élèves;
- favoriser l'engagement actif des jeunes en tenant compte de leur intérêt et leurs motivations : les interventions amènent les jeunes à faire des choix, mais aussi à prendre des responsabilités.



Parmi les meilleures pratiques reconnues en prévention de l'usage des SPA et de la pratique des JHA, nous retrouvons les suivantes :

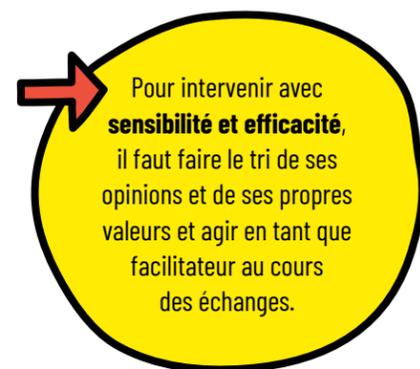
- Impliquer des jeunes ayant de la facilité à communiquer (pairs prosociaux).
- Mettre à contribution un ou des membres du personnel des services complémentaires de l'école (psychoéducateur, psychologue, éducateur spécialisé, intervenant en toxicomanie, travailleur social, etc.).
- Lorsque possible, privilégier une co-animation. Aborder certains sujets sensibles en co-animation est une pratique qui permet un plus grand filet de sécurité pour les jeunes.
- Offrir des activités diversifiées pour susciter l'intérêt du plus grand nombre de jeunes.
- Faire des activités de réinvestissement tout au long de l'année.



Posture à adopter



Avoir une **attitude d'ouverture et d'écoute** favorise les échanges avec les jeunes.



Pour intervenir avec **sensibilité et efficacité**, il faut faire le tri de ses opinions et de ses propres valeurs et agir en tant que facilitateur au cours des échanges.



Respecter le rythme de chaque personne : **être à l'écoute** de la gêne de certaines personnes à parler de leur consommation de SPA et leur pratique des JHA et être réceptif aux besoins qui s'expriment chez les autres permettra à chacune et à chacun d'être reconnu dans son vécu.

Quelques pièges à éviter

- **Axer les interventions ou les activités sur la peur ou le sensationnalisme** – Ces approches n'ont pas les effets escomptés sur les attitudes et les comportements des jeunes à plus long terme.
- **Aborder uniquement des risques liés à l'usage des SPA et à la pratique des JHA** – Ne pas tenir compte des autres motivations, notamment la notion de plaisir, peut entraîner une attitude de fermeture de la part des jeunes, en plus de nuire à la crédibilité du message.
- **Discriminer, porter un jugement ou avoir des préjugés à l'égard de la consommation de SPA et de la pratique de JHA** – Ces attitudes peuvent contribuer à l'isolement des jeunes et être un obstacle supplémentaire à la demande d'aide.

