

ALCOOLISME, DÉPENDANCE AUX DROGUES ET AUTRES TOXICOMANIES : DE NOUVELLES RESSOURCES POUR LES ÉCOLES

Doug McCall | Association canadienne pour la santé en milieu scolaire

Depuis toujours, l'abus d'alcool ou d'autres drogues chez les jeunes constitue un problème difficile à aborder pour les écoles. Il faut dire que les Canadiennes et les Canadiens ont une attitude ambivalente à l'égard de la consommation d'alcool par les jeunes les plus âgés, que le projet de loi sur la marijuana et son application sont confus et que les médias s'emparent souvent d'histoires à sensation sur les dernières modes en matière de drogues sans toutefois les replacer dans un contexte social qui tient compte du développement des jeunes. Nous avons beau écouter les débats sur les mérites de la réduction des méfaits et le contrôle de l'approvisionnement, notre cadre national multiorganisme ne permet même pas de s'occuper du problème émergent de la dépendance au jeu chez les jeunes. En outre, si les écoles s'intéressent publiquement au problème d'alcool, de drogues et d'autres toxicomanies, elles courent le risque de voir les parents ou la communauté se demander si c'est l'école qui a un problème.

Heureusement, les écoles auront l'occasion de passer à l'action cette année scolaire. En effet, le gouvernement fédéral, en collaboration avec plusieurs partenaires, a lancé une campagne de sensibilisation sur les toxicomanies. Pour la première fois, jeunes et parents seront réellement au cœur de la campagne. Santé Canada et le Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les toxicomanies dirigent un effort concerté pour faire avancer un cadre non gouvernemental d'action collective (fédérale-provinciale-territoriale) de façon à ce qu'un énoncé de consensus se traduise en de véritables projets et activités. Les jeunes et les écoles feront partie intégrante de ce cadre multipartenaire.

Subventionnée par Santé Canada, l'Association canadienne pour la santé en milieu scolaire a comme objectif de promouvoir de meilleures pratiques de prévention dans les écoles et les communautés. Le présent article décrit les démarches et les ressources recommandées par le projet d'envergure nationale.

Compréhension de la nature du problème

La première étape du projet consistait à synthétiser les données de recherche. Une équipe de recherche, dirigée par le consultant Gary Roberts, a d'abord examiné la fréquence de consommation et la nature des drogues consommées par les jeunes au Canada.

Malgré une baisse dans l'usage de drogues après des sommets historiques atteints à la fin des années 1990, l'équipe de recherche a remarqué certains faits inquiétants dans les sondages nationaux et provinciaux :

- Au Canada, environ 25 % à 40 % des élèves du secondaire n'ont fait usage d'aucune drogue (ce qui comprend l'alcool ou le tabac) au cours de la dernière année.
- De la moitié aux deux tiers des élèves de premier et de deuxième cycles du secondaire sont actuellement des consommateurs d'alcool. Une minorité significative (près de 40 %) limite toutefois sa consommation aux occasions spéciales.
- Approximativement de un quart à un tiers des élèves, selon la province ou le territoire, ont rapporté avoir consommé du cannabis au cours de la dernière année.
- Les taux de consommation de drogues autres que l'alcool, le cannabis et le tabac varient grandement en fonction des régions. Néanmoins, on compte parmi les drogues qui se classent au deuxième rang des drogues les plus consommées les hallucinogènes (c.-à-d. la psilocybine, la mescaline et, dans une moindre mesure, le LSD) et les amphétamines utilisées à des fins non médicales, 5 % à 15 % des élèves déclarant en avoir consommés au cours de la dernière année.
- Le Ritalin est parfois utilisé à des fins non médicales (les pourcentages variant de 6 % au Canada atlantique à 2,4 % en Ontario).
- Généralement, moins de 5 % des élèves de premier et de deuxième cycles du secondaire ont déclaré avoir consommé de l'ecstasy, de la cocaïne, de l'héroïne, de la PCP et d'autres médicaments à des fins non médicales.

Risques communautaires, familiaux et personnels et facteurs de protection

Les facteurs qui influencent la consommation d'alcool et d'autres drogues chez les jeunes sont bien connus et ils se trouvent souvent à l'extérieur de l'école. On compte parmi ces facteurs :

- sexe (les hommes sont plus susceptibles de consommer des drogues ou d'en faire un mauvais usage);
- peu de relations positives avec les adultes;
- communauté désorganisée;
- attitudes personnelles à l'égard des drogues;
- attachement à la famille;
- harmonie entre les parents et conflits parents-enfants;
- attitudes des parents;
- règles et discipline familiales;
- relation avec les pairs;

- problèmes de comportement, comme la délinquance;
- recherche de sensations et personnalité aventureuse;
- religion (associée à une plus faible consommation).

Facteurs scolaires influençant la consommation

Étant donné le nombre d'heures que les élèves passent à l'école, il n'est pas surprenant de penser que l'école puisse faire partie à la fois du problème et de la solution. D'un côté, il a été établi que des relations valorisantes et bienveillantes au sein de l'école favorisent la motivation et le rendement scolaire chez les élèves. En revanche, les écoles ont aussi la responsabilité d'évaluer les élèves et de contrôler leur comportement s'ils perturbent l'apprentissage des autres. C'est pourquoi la recherche sur le milieu social des écoles (et dans une moindre mesure sur le milieu physique) emploie des termes comme « sentiment d'appartenance à l'école » ou « culture scolaire ».

Rôle de l'école

Des recherches sur ce que les écoles sont en mesure de faire commencent à émerger et le projet national reflète ces nouvelles connaissances :

- Les politiques scolaires peuvent établir des limites claires à l'égard des comportements des élèves, mais elles doivent également veiller à ce que les éducatrices et éducateurs ainsi que les organismes offrent des solutions pour éviter aux élèves de se faire expulser de l'école, ce qui risque de leur occasionner de nouveaux problèmes.
- Les programmes d'enseignement peuvent faire acquérir aux élèves des aptitudes à la vie quotidienne et leur transmettre des connaissances factuelles et pratiques sur les drogues, l'alcool et le jeu dans le cadre d'un curriculum sur la santé ou le développement personnel mis en œuvre du jardin d'enfants à la 12^e année. Ces programmes peuvent développer chez les élèves de bonnes attitudes et des croyances normatives et aussi les aider à se créer des plans d'action santé personnels.
- Les services préventifs informels, comme les programmes d'aide par les pairs et les programmes de mentorat, les interventions de courte durée par un conseiller ou une conseillère et les programmes parascolaires, ainsi qu'une gestion des cas planifiée et coordonnée par des services de traitement et de réadaptation, peuvent réduire les risques et le nombre de rechutes.
- Des modifications apportées au milieu physique (espaces réservés aux jeunes, surveillance des zones à risque élevé) et l'ajout de ressources pratiques, comme du transport ou de l'équipement de sport, de musique ou d'informatique, peuvent permettre aux élèves de participer à des programmes parascolaires.

- D'autres mesures peuvent être bénéfiques : un soutien social favorisant des comportements positifs, notamment par l'éducation des parents et leur participation aux activités de l'école; l'engagement des jeunes à ne pas consommer d'alcool dans le cadre des fêtes de remise des diplômes; des campagnes de sensibilisation sur la conduite prudente; une collaboration étroite avec la police, les marchands locaux et d'autres intervenants de la communauté.

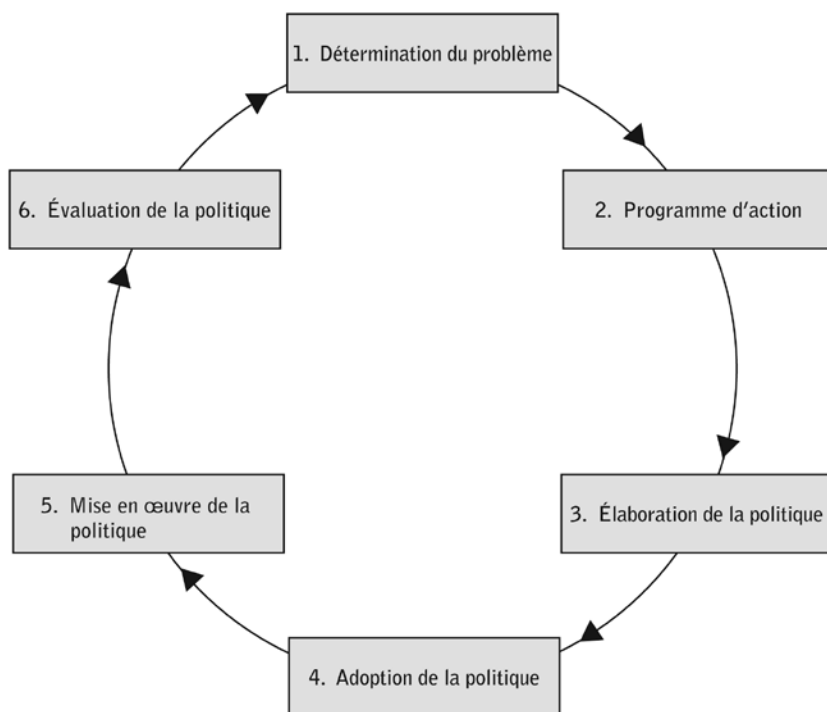
De nouvelles recherches – et le simple bon sens – suggèrent vivement que la combinaison de ces cinq types d'interventions renforce l'effet positif sur le comportement et l'apprentissage des élèves. Mais cela est facile à dire, et difficile à faire. Le défi que posent la coordination et le maintien de ces multiples interventions faites par divers organismes a poussé les intervenantes et intervenants ainsi que les chercheurs dans de nouvelles directions, afin que le personnel enseignant et les écoles ne soient pas bombardés de demandes et qu'ils ne soient pas toujours pris à faire davantage afin de résoudre tous les problèmes de santé et les problèmes sociaux des jeunes et de leurs familles.

Renforcement des capacités à tous les paliers

Il existe diverses stratégies de renforcement des capacités pour promouvoir la santé dans les écoles (ces stratégies sont compatibles avec les programmes d'amélioration continue de l'école utilisés dans la plupart des provinces). Le projet national se base sur un modèle élaboré par l'Organisation mondiale de la santé et adapté par des chercheurs canadiens. Ce modèle recommande :

1. Une coordination des politiques qui, au plus haut palier du gouvernement, se composent de politiques interministérielles auxquelles se greffent des politiques interorganismes qui font le pont entre les commissions ou conseils scolaires, les services de police et d'autres organismes sur des points comme les descriptions de poste, les procédures, les programmes obligatoires, etc.
2. Un perfectionnement continu de la main-d'œuvre qui donne du temps et des ressources au personnel de première ligne pour qu'il puisse adapter et adopter les nouveaux programmes.
3. L'affectation de membres du personnel à la promotion de la coordination et de la collaboration, plutôt que la dépendance envers des « champions » volontaires qui finissent par partir en raison d'une promotion ou d'un épuisement professionnel.
4. La création de mécanismes officiels et officieux qui font la promotion de la collaboration, par exemple des ententes interministérielles et interorganismes, l'élaboration collective d'énoncés de mission, d'objectifs ou de consensus, des programmes communs de perfectionnement du personnel ainsi que des coalitions et des réseaux ad hoc ou permanents.

Figure 1: Modèle cyclique à l'égard des politiques



5. Des efforts constants pour développer, synthétiser et partager les connaissances appliquées en vue de répondre à des questions pratiques et urgentes comme : Quels programmes sont les plus efficaces ou les plus rentables? Quels modèles sont les plus appropriés dans le cas de communautés particulières, telles que population rurale/population urbaine, Autochtones, communautés religieuses, communautés linguistiques ou milieux défavorisés?

Gestion des caractéristiques organisationnelles par la planification stratégique

Le projet national a comme objectif de mettre en lumière l'influence des caractéristiques, cultures et pratiques de base organisationnelles des écoles et des autres systèmes sur la mise en œuvre et la viabilité des programmes de prévention. On constate en effet que les systèmes sont soumis à des influences externes et concurrentes, ne sont pas coordonnés sur le plan de leur processus décisionnel à tous les paliers, et sont nécessairement bureaucratiques puisque ces systèmes sont constamment aux prises avec de nouvelles demandes qui s'ajoutent aux attentes traditionnelles malgré le peu de ressources disponibles.

Cet objectif se traduit, par exemple, par l'aide apportée au personnel enseignant pour qu'il puisse mieux comprendre les recherches sur le comportement qui étayent un bon programme éducatif de prévention et mieux choisir ou élaborer des plans de

leçon pertinents plutôt que de suivre des plans de leçon tout faits qui deviennent rapidement désuets.

Activités du projet et utilité pour les écoles

La seconde moitié du présent article décrit plusieurs ressources répertoriées par l'Association canadienne pour la santé en milieu scolaire en partenariat avec diverses organisations. On trouve toutes ces ressources à : www.safehealthyschools.org/alcohol-drugs-addictions.htm.

Résumé des connaissances

Cette importante revue des travaux de recherche publiés a été effectuée par une équipe de spécialistes de partout au Canada. Le résumé décrit des stratégies et des programmes efficaces et présente à la fin de chaque chapitre des conseils judicieux. Les éducatrices et éducateurs peuvent tirer parti de ces conseils afin de choisir les stratégies et les interventions appropriées à leur situation.

Le résumé donne également un portrait à jour des problèmes de toxicomanie chez les jeunes au Canada ainsi qu'une analyse des facteurs communautaires, familiaux et scolaires qui réduisent ou accroissent les risques. Les éducatrices et éducateurs peuvent utiliser ces renseignements au moment d'élaborer des stratégies et des approches globales.

Une section du résumé des connaissances traite des besoins particuliers des élèves autochtones. Un ajout au résumé est en cours de préparation et portera sur les programmes à grande échelle comme le Programme de sensibilisation aux dangers de la drogue et Lions Quest. Cet ajout aura pour objet de communiquer les dernières évaluations et les plus récents conseils sur ces programmes.

Liste de travaux de recherche et de rapports assortis de liens Internet

Cet outil tout simple permettra aux éducatrices et éducateurs à court de temps de se tenir au courant des dernières recherches, des études déterminantes et des principaux rapports, des programmes, des plans et des évaluations ainsi que des outils d'élaboration de politiques. Les lectrices ou lecteurs peuvent cliquer sur les liens Internet pour accéder directement aux articles de journaux, aux rapports en ligne ou à d'autres documents.

Cette liste de travaux de recherche et de rapports sera mise à jour périodiquement par l'entremise d'un processus de réexamen et de conservation des documents effectué par le School Health Centre qui relève du Centre for Community Health Research de la University of Victoria.

Programmes éducatifs, plans de leçon et cyberquêtes

Dans le cadre du projet national, plusieurs programmes éducatifs mis en œuvre au Canada et à l'étranger ont été examinés, notamment les programmes universels, choisis et indiqués qui suivent :

- Lions-Quest Skills for Adolescence
- Programme de sensibilisation aux dangers de la drogue de la GRC pour le palier élémentaire
- Racines de l'empathie
- Second Step
- Stars
- Class Action
- Fair Play
- Good Sports
- Children in the Middle

De plus, la liste des plans de leçon individuels a été mise à jour. Ces plans de leçon sont classés par année d'études et par sujet.

Enfin, la liste des cyberquêtes (Webquests) a également été mise à jour. Ces cyberquêtes permettent aux élèves, seuls ou en groupe, de participer à des projets en ligne qui comportent des activités liées à la vie quotidienne ou à la classe.

Conseils et exemples de politiques

Un autre volet important du projet est le manuel et la liste d'exemples destinés aux commissaires ou conseils scolaires, services de police et organismes œuvrant dans les domaines de la santé, des toxicomanies et de la santé mentale afin de les aider au moment d'élaborer des politiques et procédures. L'approche préconisée quant au processus d'élaboration de politiques est une approche stratégique et pratique. Le modèle cyclique présenté à la figure 1 repose sur le principe selon lequel les politiques servent de tremplin pour l'action.

Quatre fondements sous-tendent la création d'un processus par lequel les autorités ou les organismes pourront élaborer un vaste éventail de politiques pertinentes sur la santé dans les écoles.

1. Se doter d'une politique sur l'élaboration de politiques pour assurer un processus de prise de décisions et d'examen des politiques qui soit approprié.
2. Instaurer une politique générale sur la promotion de la santé dans les écoles afin de veiller à ce que les questions de santé soient traitées de manière cohérente et uniforme.
3. Élaborer un ensemble de politiques sur les éléments d'une approche globale de la promotion de la santé dans les écoles et par les écoles (c.-à-d. un milieu physique sain, des services de santé, etc.).
4. Élaborer un ensemble de politiques abordant des

problèmes de santé ou sociaux, des comportements ou des facteurs de risque ou de protection particuliers.

Webinaires sur des pratiques ou des programmes particuliers

Le projet national a permis à l'Association canadienne pour la santé en milieu scolaire de créer une méthode nouvelle et pratique de transfert des connaissances touchant aux programmes et aux enjeux relatifs à la prévention des toxicomanies et à la santé en milieu scolaire. Au moyen de rencontres par téléphone et par le Web, les personnes participantes peuvent voir et entendre des présentations sur divers sujets de la part de spécialistes et de praticiens et praticiennes. Les webinaires en 2008-2009 auront porté sur la revue des plus importantes recherches, l'examen des tendances canadiennes, un programme à l'intention des parents, l'élaboration de politiques et un programme de santé mentale.

Les présentations comprennent à la fois des exemples théoriques et pratiques. Les questions et les discussions sont toujours animées, tant pendant les appels que par la suite, par courriel. Cette année, nous créerons de mini sites Web (wikis) pour chaque webinaire, où l'on pourra entreposer le matériel connexe ainsi que les présentations. Les sujets à l'étude cette année comprennent notamment la stigmatisation, la coexistence de la toxicomanie et des troubles de santé mentale, le modèle d'influence sociale, les interventions de courte durée, les programmes d'enseignement à l'élémentaire, les méthodes d'enseignement interactif, les programmes d'interventions multiples et coordonnées, et les approches biculturelles à l'égard des élèves autochtones.

Analyse provinciale et territoriale

Une des premières activités menée dans le cadre de ce projet a été de consulter un éventail d'organisations et de personnes provenant de toutes les provinces et de tous les territoires ainsi que du gouvernement fédéral afin de dresser la liste des activités et des programmes en cours ainsi que les forces et les lacunes de chacun. En voici quelques exemples :

- L'Alberta (AADAC) a publié plusieurs programmes éducatifs destinés aux différentes années d'études et a créé plusieurs vidéos et CD.
- La Colombie-Britannique compte plusieurs organisations qui s'intéressent à la prévention des toxicomanies en milieu scolaire.
- Le Manitoba a rendu obligatoire l'intégration de la prévention des toxicomanies dans le curriculum d'éducation physique et d'éducation sanitaire.
- La toxicomanie occupe une place importante au sein du programme de formation des enseignants et enseignantes autochtones du Yukon.
- La Nouvelle-Écosse a récemment publié un supplément au curriculum à l'intention de ses écoles.

- Les vastes consultations en Ontario ont permis de mettre en lumière plusieurs sujets brûlants, notamment les troubles concomitants, les jeux de conduite dangereuse et l'alcoolisme périodique.

Outils en ligne à l'appui d'une communauté de pratique

Le projet gouvernemental prévoit l'utilisation d'outils en ligne de réseautage personnel, des appels réguliers et un symposium annuel afin de réunir plus de 100 praticiennes et praticiens provenant d'organismes locaux, provinciaux et territoriaux. Ce n'est pas Facebook, mais cette approche peut contribuer à réduire le nombre de courriels et de documents à retracer, car les documents peuvent être téléchargés ou sont accessibles par des liens. L'outil comprend plus de 100 ressources et est en pleine croissance. Il est possible de participer à cette communauté de pratique et de consulter ce wiki à l'adresse :

<http://shtoolbox-substanceabuse.wetpaint.com>

Dans le cadre du projet, un wiki international a également été créé. Il aborde la question des données probantes et des lignes directrices en matière de pratiques exemplaires en lien avec la promotion de la santé dans les écoles. Sous la direction de l'International School Health Network, cette activité prévoit la participation de l'Office des Nations Unies contre la drogue et le crime (ONUDD), de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE). Pour consulter ce wiki, on n'a qu'à se rendre à l'adresse :

<http://schoolsubstanceabuseprevention.wetpaint.com>

Au sujet de l'auteur

Douglas McCall est directeur exécutif de l'Association canadienne pour la santé en milieu scolaire (CASH). CASH est une association nationale qui regroupe 12 coalitions provinciales et territoriales dont les membres favorisent la santé des enfants et des jeunes en faisant la promotion de la santé à l'école.

Suite de la page 27

Tout ce que je propose ici concerne la santé de nos enfants, donc aussi leur santé probable, rendus à l'âge adulte. À quoi bon une grande maîtrise de la langue et des maths si une piètre santé en empêche un usage productif? Nous connaissons tous des personnes plus âgées qui ont été mises sur une voie de garage par des problèmes de santé qui ont réduit leur productivité et monopolisent toute leur vie. Malheureusement, cette réalité a déjà tendance à se manifester plus tôt dans la vie. Les périodes optimales de croissance physique et de développement de la motricité chez les jeunes enfants sont restreintes. L'enfance est en outre une période où un comportement peut devenir fermement ancré et causer par la suite une « excroissance » visible malsaine, à savoir l'apparition d'embonpoint et d'obésité au détriment du développement adéquat du squelette, de la musculature et des organes, entre maints autres problèmes possibles.

Cette nouvelle réalité sera coûteuse, et sur le plan économique (coût des soins de santé, perte de productivité) et sur celui du bien-être mental, physique et affectif. Les études ont été faites. Le bon sens devrait maintenant nous sortir de notre naïve complaisance ou de notre torpeur indolente. Ou avons-nous conjuré entre nous le maléfice de la « stupéfixion » plutôt que de concocter des approches pratiques et concrètes pour remédier à ce qui est maintenant clairement reconnu comme un problème. Les enseignantes et enseignants n'ont jamais manqué de souplesse; ce qui leur a manqué, ce sont les ressources et le temps. L'intégration de messages encourageant la vie active dans le programme d'études de langue est une approche pratique et concrète. Quel est votre filament de pensine et quel est votre plan d'action pour avoir une incidence positive sur la santé des enfants?

Au sujet de l'auteure

June LeDrew, Ph.D., est professeure à la Faculté de kinésiologie et d'études sur la santé de la University of Regina. Elle travaille beaucoup avec les groupements communautaires s'employant, de diverses façons, à améliorer la santé et l'activité physique des enfants. M^{me} LeDrew est également l'auteure de la collection de livres *On the Move*, qui encourage un mode de vie actif et sain chez les jeunes enfants à l'aide de phrases descriptives et d'images aux couleurs vives présentant des enfants qui mènent une vie active.