

•
•
• **Quand « Prévention des Assuétudes »**
• **rime avec outil d 'évolution personnelle**
• **et libre choix de ses In-dépendances**
•
•

**3 exemples de « mises en acte » d 'une
Prévention primordiale des Assuétudes**



*Intervention de Dominique BIETHERES
Psychologue au Service Prévention-
Formation du Centre ALFA (Aide
Liégeoise aux alcooliques et à leur Famille).*

INTRODUCTION

- Liège 2006 : 1er Congrès International Francophone centré sur la Prévention des Assuétudes
- Consécration de l'Approche Préventive Primordiale des Dépendances
- Approche développée depuis plus de 20 ans à l'ALFA, Service de Santé Mentale spécialisé dans le traitement et la prévention des problèmes de dépendances de toutes natures

-
-
-

Prévention primordiale = Approche

préventive globale axée sur une promotion de tout ce qui peut outiller l'individu dans sa recherche de bien-être et d'équilibre dans la gestion de ses consommations et une inscription juste et épanouissante dans son contexte de vie et sa relation à l'autre, et ce à l'opposé de toute stratégie axée sur la peur, la diabolisation du produit et la stigmatisation des usagers

•
•
•
Elle repose sur 2 piliers :

- 1er PILIER : philosophie et valeurs qui sous-tendent le concept

3 constats :

- 1) la dépendance est universelle
- 2) nous sommes tous consommateurs : toute consommation de produit a un sens pour chaque Individu en rapport avec son contexte de vie
- 3) chaque citoyen est un acteur potentiel de prévention

- 2ème PILIER : point de vue de la méthodologie et des stratégies d'intervention

6 paramètres :

- 1) définition des objectifs
- 2) identification des valeurs sous-jacentes
- 3) choix des acteurs de prévention
- 4) identification d'un public-cible
- 5) construction de l'intervention (outils, temps, lieux, ...)
- 6) évaluation (continue) de la pertinence et de l'adéquation des différents paramètres

•
•

3 exemples d'actions réalisées par l'équipe

Prévention du Centre ALFA

(2 psychologues et 1 assistante sociale)

1er EXEMPLE: UNE ACTION « ONE SHOT »

- Les demandeurs - la demande :
 - - une école technique et professionnelle
 - animation d'un Atelier Assuétudes dans le cadre d'une Journée Bien-être « La terre, donne lui tes couleurs »

- Les objectifs :

- Des professeurs demandeurs :

- leurs préoccupations : interpellés par le nombre important d 'élèves « consommateurs problématiques »
 - leurs attentes : faciliter la communication sur ce thème avec les jeunes

De l 'ALFA : nous connaissons bien l 'école pour y avoir (encore tout récemment) organisé des sessions de formation - supervision pour des membres de l 'équipe pédagogique demandeurs. Nous avons alors abordé leurs préoccupations et les moyens d 'y faire face. Animer un atelier auprès des jeunes était pour nous une « mise en acte » des éléments amenés lors de la réflexion avec les adultes.

- Les animatrices : une infirmière du PMS et moi
- Le public : 2 groupes d 'élèves (de 15 à 18 ans) et leurs professeurs
- L 'intitulé de l 'atelier : « Les dépendances, on en vit, on s 'en parle »
- L 'outil d 'animation : “La table des produits”
 - sur une table : différents produits de consommation (des + courants aux + rares)
 - un participant choisit les 2 produits qui représentent le plus la dépendance
 - discussion sur le choix avec le « joueur » et avec les « autres »
- Õ Débat sur les multiples relations P-I-E

-
-
-

L'évaluation :

1er groupe : les + jeunes Õ préoccupation sur leurs consommations quotidiennes et les risques de « dérapage » (tél portable devenu besoin vital, achats de vêtements au risque de s'endetter, ...)

2ème groupe : + âgés Õ implication des dépendances dans la vie - point de vue éducatif - bénéfices secondaires

Pour les professeurs : Intérêt des profs présents pour intégrer ce type d'animation dans leurs cours

• 2ème EXEMPLE : UNE ACTION CONTINUE

- Les demandeurs - la demande :
 - Echevine de la Jeunesse d 'une commune en région rurale
 - souhait d 'organiser des animations avec le Bus « Diabolo Manques » dans le cadre d 'une semaine de Prévention des Assuétudes qui comprendra 3 moments :
 - 1) présentation de l 'outil aux adultes responsables de jeunes sur la commune
 - 2) animation avec les jeunes
 - 3) conférence tout public couplée à une visite du Bus

Les objectifs :

De la demandeuse :

- ses préoccupations : crainte face aux risques de problèmes d'assuétudes chez les jeunes de l'entité

- ses attentes :

1) développer une politique de Prévention sur la commune

2) former une équipe d'intervenants sur la commune pour développer cette politique

Du Centre ALFA : promotion du « citoyen acteur de prévention »

• former les animateurs :

- réappropriation du projet politique

- compétences (connaissance du sujet, utilisation de l'outil)

• stimuler un partenariat avec d'autres acteurs concernés

- Des publics: 3 types de publics - 3 objectifs
- différents

Publics

Objectifs

1) Adultes ayant différentes fonctions (éducatives, psycho-médico-sociales, sécuritaires, culturelles, ...) en rapport avec les jeunes de la commune

2) Jeunes élèves de 6ème primaire et du secondaire

3) Tout public de la Conférence

1) - partage d 'expériences avec des personnes pouvant avoir un rôle d 'acteur de Prévention auprès des jeunes

- information sur la philosophie et la méthodologie de la Prévention véhiculées par l 'outil « Diabolo Manques »

2) Amener les jeunes à identifier, dans une perspective de mieux être individuel et collectif, ce qui dans la commune est propice au bien-être et ce qui peut être source de mal-être et donc devrait être amélioré

3) Avoir un complément d 'info et/ou susciter un nouveau questionnement

- La formation des 7 animateurs :

- 1 mère de famille, 5 employés communaux, 1 animateur culturel

5 séances de 3h - Contenu :

- travail des représentations des Assuétudes en général, de la Prévention en particulier

- appropriation du projet communal : définition d 'objectifs consensuels propres au groupe

- préparation pratique des animations

- L 'évaluation :

__ 1) Présentation du Bus aux professionnels :

12 personnes intéressées pour reprendre cette approche de Prévention dans leur cadre professionnel

- 2) Animations auprès des jeunes :
 - 10 classes de 5ème et 6ème primaires : 183 jeunes
 - 4 classes de 2ème et 4ème secondaires : 47 jeunes
- accompagnés par 16 enseignants

Dans l'ensemble :

Les adultes :

- félicitent l'initiative
- qualifient les animateurs de « dynamiques », « ouverts », « à l'écoute », non jugeants et compétents
- estiment le thème transposable dans le cadre de leurs cours

- Les jeunes :

- - ont participé très activement

- - ont pu identifier dans leur commune ce qui « marche bien » et ce qu'ils voudraient voir se développer (faciliter les transports, mobilité en vélo, espaces de loisirs, ...) pour améliorer leur cadre de vie

3) Présentation du Bus aux participants de la Conférence :

Pour 14 personnes présentes, la visite du Bus était un bon complément à l'information reçue au cours de la Conférence

• Le débriefing avec les animateurs :

• 2 moments d'évaluation :

1) « A chaud, à la fin de la formation »:

- Points relevés par les participants :

- l'approche non-culpabilisante, ouverte, non jugeante des dépendances

- le travail des représentations

- le recueil d'informations utiles tant sur le plan privé que professionnel

___ - Point de vue de l'ALFA : avoir su motiver et outiller des « non spécialistes » de la Prévention pour une action d'assez grande envergure

2) « A froid, 2 mois après l'action »:

Points positifs :

- unanimité des animateurs concernant la qualité des échanges avec les jeunes, la richesse des débats, la bonne exploitation des outils d'animation
- bon accueil de la part des enseignants participants, des autres adultes concernés
- contenus des débats relayés auprès de l'Echevinat et volonté de prise en compte des attentes par le politique
- perspective dans le long terme : développer les attentes, reconduire l'action

Point à améliorer : difficulté de mobiliser les acteurs (écoles, PMS, tout public) à l'avenir, peaufiner la communication

• 3ème EXEMPLE : UNE ACTION MIXTE

• AIDE ET PREVENTION

• Les demandeurs - la demande :

- - une école secondaire technique et professionnelle
- organiser dans l'école un groupe de soutien pour les élèves fumeurs (volontaires)

• Les objectifs :

Des demandeurs :

- - leurs préoccupations : l'application de la loi d'interdiction de fumer dans les écoles entraîne des difficultés chez les élèves (difficile à faire respecter)
- leurs objectifs : offrir aux jeunes « fumeurs » une aide pour mieux « respecter la règle »

• De l'ALFA :

• Nos objectifs sont doubles :

1) Par rapport à l'équipe pédagogique :

il s'agit de soutenir cette politique de « gestion des risques » pour les jeunes en parallèle avec une politique cadrante et cohérente d'application des règles sur le tabagisme

2) Par rapport aux jeunes fumeurs demandeurs :

l'objectif est de permettre à chacun, grâce au travail en groupe, de mieux se situer en tant que fumeur, d'identifier ses points forts et ses points faibles pour mieux cibler ses objectifs en terme de gestion, soit en terme d'arrêt du tabac

- Du Public : 12 garçons inscrits au départ, 8
- suivront le programme jusqu' à la fin

N = 8	AGE	DUREE	QUANTITE	OBJECTIFS - MOTIFS
1	15 ans	5 ans	14 cig/j	Arrêt pour le sport
2	16 ans	5 ans	1 paquet/j	Arrêt pour le sport
3	16 ans	?	1 paquet/j	Arrêt pour le sport
4	16 ans	?	2 cig/j	Arrêt pour ses parents
5	18 ans	4 ans	8 cig/j	Diminution pour garder les cigarettes « plaisirs »
6	18 ans	7 ans	10 cig/j	Arrêt pour la santé (1 cancer dans sa famille) et argent
7	18 ans	6 ans	1 paquet/j	Arrêt pour retrouver ses capacités sportives
8	18 ans	7 ans	5 cig/j	Arrêt pour le souffle et sa copine

- La description du programme :

- Le programme « TABALFA, Un autre regard sur le tabac » a été conçu par ma collègue et moi-même.

Il s'agit d'un programme en 6 séances d'1h30 (sans pause tabac!) destiné à des groupes de fumeurs (8 à 12 personnes) pour :

- mieux se connaître en tant que fumeur : travail sur l'image de soi, ses représentations par rapport au tabac, se situer sur le cycle du fumeur, identifier son type de dépendance (physique, psychologique, comportementale)

- en savoir plus sur le tabac : information objective (description du produit, culture, fabrication, mécanisme de l'addiction, traitements du tabagisme, ...)

- - tester et expérimenter différents outils : test de dépendance, d'auto-observation, identification des bénéfices secondaires, exercices de relaxation - sophrologie

- identifier ses propres ressources et difficultés pour définir les stratégies en vue d'atteindre l'objectif que chacun s'est fixé

- L'évaluation :

- Par rapport aux attentes de l'école :*

__ C'est la 2ème année consécutive que l'école nous demande d'animer un groupe. L'objectif de développer une politique cohérente en matière de tabac (respect des règles et aide aux fumeurs) semble atteint

Par rapport aux élèves :

Dans ce groupe, tous les jeunes ont modifié leur consommation mais aucun n'est arrivé à l'arrêt total.

Néanmoins :

- 3 d'entre eux se disent prêts à l'arrêt et savent quand le programmer
- 2 ont arrêté quelques jours mais ont repris :
 - 1 un suite à une dispute amoureuse
 - 1 autre en diminuant nettement sa consommation
- 1 a testé le cigare pour diminuer sa consommation de cigarettes mais malade, il a repris
- 1 a diminué déjà mais veut encore restreindre jusqu'aux cigarettes « plaisirs »
- 1 a augmenté! sa consommation mais a pu identifier les causes de la rechute et se sent à nouveau prêt à arrêter

De manière générale, tous ont pu identifier ce qui pourrait les aider

EN GUISE DE CONCLUSION

Face aux attentes multiples, explicite ou implicites, magiques ou pragmatiques d'un public varié :

- parents en perte de repères, anxieux vis-à-vis de leurs enfants
- jeunes de tous âges, plus ou moins « forcés - contraints » de participer à des actions de prévention
- équipes de professionnels de tout poil et de tous horizons (soignants dans des structures hospitalières, équipes pédagogiques, intervenants de terrain, éducateurs d'institutions pour jeunes délinquants, ...)
- citoyens jeunes ou vieux, préoccupés par leur quotidien dans leur quartier, leur commune

•
•
•

La meilleure des réponses reste, pour nous, cette
Prévention Primordiale qui ouvre sur plus de
communication, de compréhension, une lecture
critique et éclairée de nos dépendances et une
recherche de sens pour mieux poser des choix
responsables

MERCI POUR VOTRE ATTENTION

• • • • • • • •