

## DE NOUVEAUX MOTEURS POUR LA PRÉVENTION DES CONDUITES À RISQUES

*La prise de risque participe à la construction de la personnalité de tout individu en devenant. Elle aide à grandir et permet d'apprendre à connaître ses limites. Mais lorsque le seuil de certaines limites est franchi et que les prises de risques s'installent et/ou se répètent, le phénomène doit interpeller les adultes et éveiller leur vigilance.*

*Mais comment intervenir ? Quelles actions mener auprès des jeunes qui connaissent ces difficultés ? Quelles sont les capacités à développer chez eux pour les amener à mesurer les risques ? Quels facteurs de protection renforcer ? Autant de questions auxquelles Ramon NEIRA, psychologue et psychothérapeute.*

*Vulnérabilité, résilience, pauvreté. Voici trois thèmes de plus en plus abordés en matière de prévention et dont vous vous faites l'écho. Car ils recouvrent des situations que vous rencontrez fréquemment dans votre observation des conduites à risques. Pouvez-vous nous expliquer en quoi ils sont importants dans la prévention ?*

En travaillant sur ces concepts, nous avons identifié des facteurs de risques qui amènent à des comportements excessifs : les facteurs individuels et ceux liés à l'environnement.

Nous avons noté qu'en majorité les jeunes ayant des conduites excessives sont généralement des personnes qui souffrent d'un manque d'estime d'eux-mêmes. Leur image personnelle est déformée. Ceci est lié à la manière dont les individus se construisent : la timidité, le retrait social... autant de facteurs qui rentrent en ligne de compte.

Or, l'expérience montre que si ces faiblesses varient d'un individu à l'autre, c'est surtout le contexte, plus ou moins favorable qui aura une incidence sur le vécu individuel.

*Autrement dit, les conditions de vie des familles (chômage, isolement, habitat délabré, pauvreté) sont autant de facteurs de risques environnementaux dont il faut tenir compte en matière de prévention ?*

C'est un passage obligé. Parmi les facteurs de risques, nous pouvons citer bien sûr l'environnement urbain. La localisation des jeunes dans des quartiers défavorisés, où les comportements à risques, visibles aux yeux de tous (consommation de produits psychoactifs, violence...) favorisent le phénomène d'identification et de passage à l'acte pour appartenir au groupe de pair. D'où l'importance de la revalorisation des environnements urbains. Car la qualité de l'habitat est primordiale. On retrouve là le concept d'exclusion, qui n'est pas du tout théorique : la misère, le non accès aux soins, l'absence

de sécurité sont des facteurs de risques énormes. De même que la perte de valeurs familiales. Car si la qualité de l'environnement physique et social est nécessaire, la qualité de l'environnement affectif est primordiale. Les jeunes se reconnaissent plus aujourd'hui dans leurs amis que dans leurs familles. Ils adoptent les attitudes des comportements dominants, ce qui est d'autant plus fort que cela se produit à 14/15 ans, période de la vie où le besoin de se distinguer le plus possible de leurs familles est important... Les pressions extérieures sont fortes. Ce n'est plus uniquement la famille qui transmet les règles et les principes (interdiction de consommer de l'alcool, du tabac) mais les copains. Le conflit engendré par cette perte de communication avec les familles est un facteur de risque aggravant : absence de rites familiaux, détérioration des rapports...

*Pour diminuer ces facteurs de risques, des programmes de prévention récents misent de plus en plus sur les facteurs de protection. On parle en effet de promotion de la santé : « être bien dans son corps, bien dans sa tête, bien dans son environnement ». Concrètement, sur le terrain, qu'en est-il de cette démarche innovante ?*

### Sommaire

De nouveaux moteurs pour la prévention des conduites à risques	<b>1-2</b>
Trois actions de prévention « valorisantes »	<b>3</b>
Ouvrages	<b>3</b>
Agenda	<b>4</b>

Citons en premier lieu un facteur de protection évident : le niveau socio-économique. Il est clair que plus l'enfant évolue dans un milieu favorisé (bien nourri, bien vêtu...), moins il est exposé. Ensuite, la réussite scolaire, qui est un point d'appui solide évident, protège le jeune. De même, si les structures d'accueil en termes de loisirs, de sports et d'activités de toutes sortes sont présentes, on évite un certain désœuvrement des jeunes. C'est également un facteur de protection. Tout ceci contribue à développer chez l'adolescent cette forme de résilience, cette capacité à résister, d'encaisser les coups, malgré les événements stressants auxquels il est confronté. Elle lui évite de franchir le seuil critique où il se met en danger. Seul ou non.

*En quoi cette notion de résilience influe sur les modes d'intervention en matière de prévention ?*

Ce concept montre qu'il est préférable de faire appel aux ressources internes de la personne et de développer ses compétences personnelles (image de soi, autonomie, esprit d'initiative, solidarité, responsabilité...) plutôt que de se concentrer sur ses faiblesses. Dans le jargon, on parle de compétences psychosociales. On en revient ainsi à l'estime de soi : plus un jeune développe ses compétences, plus il se sent valorisé et plus il aura du respect pour lui-même et les autres. Il sera mieux armé pour faire ses choix.

#### LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

« Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. Les compétences psychosociales ont un rôle important à jouer dans la promotion de la santé dans son sens le plus large ; en termes de bien-être physique, mental et social. »<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Apprendre la santé à l'école p. 74, B SANDRIN-BERTON, Paris, ESF éditeur, 1997.

*Pouvez-vous nous détailler quelques compétences psychosociales ?*

La communication interpersonnelle par exemple. Les aptitudes relationnelles aident à établir des rapports de façon positive avec son entourage. Qui plus est, elles lui permettent de disposer d'une aide, s'il en a besoin.

Ce soutien peut d'ailleurs se manifester sous toutes ses formes : services, écoute, argent...

Autre compétence psychosociale : l'esprit critique. Inciter un enfant à penser par lui-même est un moyen de le rendre autonome. Donc plus indépendant et plus fort. C'est sûr que cette notion bouleverse l'enseignement traditionnel, car c'est admettre que l'élève n'est plus là simplement pour ingurgiter des tas de connaissances mais pour apprendre à réfléchir.

*Pour développer ces compétences psychosociales, des éducateurs, médecins, animateurs,... montent des actions, le plus souvent hors cadre scolaire. Quels sont les principes à respecter ?*

Commençons par une simple règle de trois. Tout d'abord, cerner les besoins. Cela passe par une écoute des jeunes pour détecter notamment les vulnérabilités (dépression, agressivité, fugue, absentéisme, isolement, tentative de suicide...) et identifier leurs besoins. Il s'agit alors d'évaluer leur demande et tenter de trouver les moyens d'apporter une réponse adaptée au public.

Pour une meilleure efficacité, il faut aussi que les actions de préventions aient été concertées, planifiées et organisées avec les participants eux-mêmes. L'interactivité et l'échange sont les clés du succès.

Une fois l'action achevée, il s'avère également important d'être capable de valoriser l'expérience. Car chacun peut y trouver un bénéfice : d'abord ceux qui y ont participé, et les autres, comme un exemple éventuel pour d'autres projets.

*Ne serait-ce pas du ressort de l'école que de faire surgir ces capacités de communication, d'esprit critique, de créativité... ?*

En théorie, les acteurs sociaux devraient bien entendu combiner leurs actions à celles de la communauté éducative : professeurs, assistantes sociales, médecins et infirmières scolaires. Ce qui est le cas parfois. Mais le personnel socio-éducatif n'est pas toujours formé à affronter cette réalité du terrain. C'est pourquoi, je dispense quelques cours pour les sensibiliser à la méthodologie de la prévention. Cela reste malgré tout insuffisant.

*Même si tout n'est pas parfait, comme vous le soulignez, les conduites à risques sont néanmoins de mieux en mieux identifiées. Pourtant, les réponses proposées ne paraissent pas suffisantes. Qu'en est-il en Seine-Saint-Denis, département dans lequel vous évoluez régulièrement dans le cadre de vos activités professionnelles ?*

La Seine-Saint-Denis est certainement l'un des départements les plus créatifs en matière

de prévention. Probablement parce qu'il est particulièrement touché par le problème des conduites à risques mais il existe sur le terrain une connaissance très fine de la part des acteurs sociaux. Un gros travail en réseau est effectué et reste encore à faire. Toutefois, la mise en place de programmes de prévention nécessite des moyens financiers à la hauteur. L'argent reste le nerf de la guerre.

*Plus de moyens suffiraient à résoudre le problème des conduites à risques ?*

Bien sur que non ! Il manque dans l'hexagone un débat citoyen sur le problème des drogues. Hormis sur la période 1998/2002, où avec la Mission Interministérielle de Lutte contre la Drogue et la Toxicomanie (MILDT), des bases communes de réflexion sur ces sujets ont été établies, aucune politique interministérielle n'a été menée jusqu'ici. A la différence de la Suisse par exemple où il y a une parfaite cohérence entre le monde politique et le monde sanitaire. Le public y est très bien informé, les politiques ont fait passer le message et du coup, la question des traitements de substitution par exemple est très bien abordée. Un référendum a permis aux citoyens de trancher en leur faveur. Il faudrait la même chose en France.

*Au Québec aussi, la question de la prévention des pratiques à risques est particulièrement innovante, en avance sur nous...*

Le modèle est plus américain là-bas. L'Etat y est plus en retrait. Les initiatives en matière de travail sur l'estime de soi y sont effectivement très poussées et font office de bonnes pratiques. Et les québécois ont réalisé un gros travail sur des actions collectives. Ils ont compris que le fait d'avoir une incidence sur le groupe est primordial. Car l'individu est toujours confronté à un groupe. S'il veut modifier son comportement, il devra d'abord affronter la pression du groupe. En conséquence, les programmes de prévention, aujourd'hui encore trop centrés sur l'individu (écoute, soutien, dialogue), devraient comprendre désormais des actions visant à modifier les normes du groupe.

*Estime de soi, résilience, développements des compétences psychosociales... autant de thèmes qui seront repris, lors de la conférence/débat organisé par le CIRDD93 au mois d'octobre, par Ramon NEIRA, psychologue et psychothérapeute. Une rencontre qui aura pour but de démontrer la pertinence de ces nouveaux moteurs d'actions en matière de prévention. A l'appui, les témoignages des intervenants cités dans l'article : Gilles LAZIMI, Ortrud ROCH et Kassem KHALDI, rapporteront leur expérience de terrain.*

## TROIS ACTIONS DE PRÉVENTION « VALORISANTES »

## À Aubervilliers : le jardin associatif sème les couleurs de la vie plurielle

Pour développer l'estime de soi, enfants et jeunes, qu'ils soient petits ou grands, ont besoin de se valoriser en dehors du cadre familial et de toute institution. « Notre espace de liberté d'où toute compétition est exclue est là pour éveiller la curiosité et stimuler la créativité. Enfants et jeunes y apprennent à s'exprimer par le geste et par le verbe, à connaître les autres à travers leur réalité culturelle, à échanger des connaissances et à s'accepter dans une estime mutuelle dans un cadre de nature changeante où les espèces végétales en provenance des quatre coins du monde invitent à ouvrir le regard », souligne Ortrud ROCH, chef de projet de l'association Autour de Vous à Aubervilliers. L'initiation aux cultures différentes mène à la pratique de disciplines artisanales et artistiques d'origines diverses. Mythes, légendes et contes, instruments de musique, artisanat, plantes et couleurs, symboles et signes graphiques, dessins et peintures, alimentent le contenu des ateliers qui évoluent au rythme des saisons et des participants. L'implication des parents est primordiale. S'ils ne sont pas concernés, même un engagement à long terme auprès des enfants est voué à l'échec. Créer entre parents, jeunes et enfants un champ de communication de leur propre culture et les sensibiliser à d'autres cultures font partie des préoccupations. « La collaboration entre gens de cultures différentes, la documentation approfondie, l'échange continu de savoirs entre ceux qui portent la responsa-

bilité de notre vie associative font que les projets toujours évolutifs prennent forme. Notre leitmotiv : savoir d'où l'on vient pour savoir où l'on va, nous incite à valoriser les langues maternelles » conclut-elle.

Contact : Ortrud ROCH ☎ 01 48 39 35 32.

À Romainville dans un collège : « ma tenue préférée comme image de marque »<sup>1)</sup>

« Nous avons choisi de travailler l'image de soi à l'aide de la photographie. Les photos réalisées permettent d'exposer, de montrer, de se découvrir et d'être vu aussi. Et pour être vu, ils l'ont été ! Deux expositions, des affiches sur les murs de la ville, des articles dans la presse municipale et une publication<sup>1)</sup> largement diffusée. Ce travail sur l'image de soi et la photographie favorise la mise en situation, les jeux de rôles. Chaque enfant se met ainsi dans la peau d'un personnage qu'il souhaiterait être et écrit un texte dans lequel il explique son choix : footballeur, chanteuse indienne, cuisinier... peu importe, le tout étant qu'il crée une représentation de lui-même dont il est fier », indique Gilles LAZIMI, Médecin directeur du Centre Municipal de Santé de Romainville. « Pour être efficace, nous avons sélectionné, sur proposition d'enseignants, une classe de troisième particulièrement en difficulté », poursuit-il. L'objectif étant de renforcer l'estime de soi de chaque élève, lui redonner confiance en lui. En effet si je suis bien dans ma tête, je m'aime, je prends soin de moi, je suis en capacité de me défendre, de m'exprimer. Le risque de passage à une consumma-

tion problématique diminue. Enfin si je me respecte je suis capable de respecter l'autre, d'entrer en contact avec lui. Nous avons constaté que cette action de prévention a fortement contribué à renforcer les liens entre les élèves.

Contact : Dr LAZIMI ☎ 01 41 83 17 77.

## À Stains : se former aux premiers secours pour se sentir valorisé

« Je traque chez les jeunes leurs ressources et non pas leurs difficultés », énonce Kassem Kahldi, intervenant communautaire à Stains et sociologue de formation, instigateur par ailleurs de la formation au diplôme de secouriste. « Mon but est de faire prendre conscience aux dix jeunes de la session de leurs capacités, de leur place dans la ville et de leur rôle social », explique-t-il. Ceci pour éviter les conduites à risques. « Et depuis trois ans que cette initiative existe, nous avons une douzaine d'adolescents qui sont devenus des préventeurs relais. Autrement dit, ce sont eux qui organisent les actions suivantes, pratiquent les évaluations et présentent les résultats aux élus locaux. Preuve que cette action les a renforcés, les a faits mûrir et les a incités à se projeter dans l'avenir. Certains se sont découverts des vocations comme infirmier. D'autres exercent actuellement des fonctions d'instructeurs à la croix rouge, d'animateurs... », conclut-il.

Contact : Kassem KHALDI ☎ 01 49 71 82 95.

<sup>1)</sup> Livret « ma tenue préférée » disponible au CIRDD93.

Aux Editions Hôpital Sainte-Justine, Montréal :

- *Pour favoriser l'estime de soi des Tout-Petits. Guide pratique à l'intention des parents d'enfants de 0 à 6 ans.* Danielle LAPORTE, 1997.
- *Quand les Tout-Petits apprennent à s'estimer... Guide théorique et recueil d'activités pour favoriser l'estime de soi des enfants de 3 à 6 ans.* Germain DUCLOS, 1998.
- *Comment développer l'estime de soi de nos enfants. Guide pratique à l'intention des parents d'enfants de 6 à 12 ans.* Danielle LAPORTE, 1998.
- *Programme estime de soi et compétence sociale chez les 8 à 12 ans. Guide de l'animateur, cahier d'activités reproductible.* Louise-Anne BEAUREGARD, Richard BOUFFARD, Germain DUCLOS, 2000.
- *L'estime de soi de nos adolescents. Guide pratique à l'intention des parents.* Germain DUCLOS, Danielle LAPORTE, Jacques ROSS, 1995.

Cette série de guides pour favoriser l'estime de soi des enfants à tous les stades de leur développement est destinée aux professionnels et/ou parents. Ils ont tous en commun de donner un éclairage théorique sur l'estime de soi, l'estime de l'autre, les facteurs de protection et l'acquisition de compétences psychosociales. Ils offrent aussi des exemples d'activités ludiques à réaliser avec les enfants.

À partir de questionnaires d'évaluation, les parents peuvent être amenés à s'interroger sur leurs attitudes et à les modifier afin d'aider leurs enfants et adolescents à reconnaître leurs forces et qualités, à renforcer leurs capacités à s'inté-

grer dans un groupe, à acquérir plus d'autonomie en les traitant avec considération et respect.

Les activités ludiques proposées sont simples à réaliser, sauf pour le guide intitulé « programme estime de soi et compétence psychosociale ». La réalisation de celui-ci demande du temps puisque le traitement de chacun des 16 thèmes développés nécessite, d'après les réalisateurs, au moins une heure.

L'ensemble vise à rendre plus performants les « éducateurs » dans le but d'accroître leur capacité de réflexion et de prise en charge des enfants et adolescents tout au long de leur développement. Elle permet à chacun d'inter-

roger ses pratiques éducatives, d'avoir une attitude réflexive dans sa relation à l'enfant ou à l'adolescent.

## NOTRE AVIS

Si l'on considère qu'une faible estime de soi est souvent associée à des conduites à risques, tout « pédagogue » devrait apprécier cette collection. En suscitant des interrogations et en suggérant certaines attitudes, ces ouvrages contribuent à enrichir notre relation avec les enfants ou adolescents. Ils serviront aussi d'outil de travail à tous ceux qui participent et animent le réseau d'appui à la parentalité.