

LA PREVENTION DU TABAGISME

De quoi parle-t-on ?

M. BOUSSOUAR
DU de tabacologie Lyon 29 janvier 2016

Une cible privilégiée :

Les adolescents

Et même...

Les enfants (la perspective de l'entrée en 6^{ème})

Deux modes opératoires

- ▶ Mise en garde contre les dangers : Information, cognitif...et la peur
- Interdit : Lois, prix ...



Un constat

- ▶ La prévalence du tabagisme actuel (au moins une fois dans les 30 derniers jours) est passée de 40,5% en 2008 à 42% en 2011 chez les jeunes de 17.
- ▶ Si avant 14 ans la consommation de tabac reste rare, son usage augmente nettement ensuite.
- ▶ Un point positif : l'âge de l'initiation a été repoussé.

LES PISTES DE REFLEXION

Connaître son public :

1. Les adolescents, public-cible de choix : quels axes d'action ?
2. La population générale : La peur.

LES ADOLESCENTS :

Des constantes ...

Deux « clés » :

- ▶ Surdimensionnement de la prise de risques (différente de la conduite à risques).
- ▶ Universalité de la transgression.

La prise de risques

- ▶ Je prouve que j'existe.
- ▶ Elle présente un effet bénéfique : la présenter comme telle.

La transgression

Questionnement universel :

- ▶ « *C'est quand que je suis plus un gosse ?* »
- ▶ Recherche de la bonne distance avec l'adulte.
- ▶ Evolution vers l'individuation, l'autonomie.

La transgression

- ▶ La découverte du rapport à l'adulte :
- ▶ Négation du rapport d'obéissance, d'adhésion à la parole de l'adulte : *bannissement du « OUI ».*
- ▶ Emergence de la singularité, du « soi » comme sujet : *c'est le « NON ».*

Premier constat :

Inopérabilité du mode classique de prévention par l'interdit ou l'énoncé des dangers.



Recherche d'autres modes d'intervention

Le projet

Les critères d'un vrai projet de prévention:

- ▶ Educatif
- ▶ Sanitaire

La peur

- ▶ Seule, ne permet pas la construction.
- ▶ Accompagnée de solutions, permet d'avancer.

L'interdit

- ▶ A construire dès le plus jeune âge (frustration ...).
- ▶ Inscrit dans une démarche éducative.
- ▶ Fixe des limites structurantes de construction de la personnalité.
- ▶ Permet de développer les « *compétences psycho-sociales* ».

Les compétences psycho-sociales

« Capacité à répondre aux exigences de la vie, maintenir un état de bien-être, en adaptant un comportement approprié et positif dans les inter-relations sociales et environnementales ».

Les compétences psycho-sociales

(définies par l'OMS)

- ▶ Savoir résoudre les problèmes
- ▶ Savoir prendre des décisions.
- ▶ Avoir une pensée créative.
- ▶ Avoir une pensée critique.
- ▶ Savoir communiquer efficacement.
- ▶ Etre habile dans ses relations interpersonnelles.
- ▶ Avoir conscience de soi.
- ▶ Avoir de l'empathie pour les autres.
- ▶ Savoir gérer son stress.
- ▶ Savoir gérer ses émotions.

Travailler sur les compétences psychosociales

Permettrait de répondre à des situations:

Problèmes de santé liés à un comportement
Incapacité à répondre au stress ou les pressions de la vie.

Focus sur les « 10-11 ans »

Cela impose:

- ▶ De travailler sur les dimensions positives.
- ▶ Identifier les stratégies d'évitement du tabagisme.
- ▶ Eviter les références morbides (anxiogène).
- ▶ Valoriser les effets positifs (représentation, estime de soi ...)
- ▶ Construction d'un processus d'adaptabilité (= / adaptation) à l'environnement.

Dimension éthique

Quel projet de prévention ?

- ▶ Extermination du tabagisme : On peut aller jusqu'à sacrifier la personne.
- ▶ Rendre les gens compétents pour faire des choix favorables à leur santé.

► **MERCI !**