

# Les enjeux éducatifs de la prévention du tabagisme auprès des jeunes

« La prévention des assuétudes repose sur un paradoxe, puisqu'il s'agit pour une part d'inciter à éviter un comportement et pour une autre part d'éduquer à la responsabilité et au libre choix. »<sup>1</sup> Cet article explore les termes de ce paradoxe, en essayant de proposer une des réponses possibles à la question : comment mener une démarche de prévention du tabagisme auprès des jeunes, dans un cadre qui assure le respect de leur autonomie ?

Françoise Cousin,  
Hernando  
Rebolledo et  
Delphine Willems,  
Le FARES asbl, Service  
Prévention Tabac  
Promotion de la Santé

## Inciter à éviter

Si la prévention prend de manière isolée le premier terme, c'est-à-dire, si le seul objectif fixé est celui d'inciter les adolescents à éviter le comportement fumeur, on peut facilement se retrouver dans des situations d'impasse. Une description simplifiée et un peu caricaturale de cette démarche correspondrait alors, grosso-modo, au cadre suivant...

En général, les projets de prévention ne sont pas demandés par les jeunes. Ils sont normalement le résultat d'une inquiétude des professionnels relais, préoccupés par l'étendue d'une consommation dont les méfaits sur la santé sont bien connus.

Dès lors, la réponse habituelle des adultes côtoyant les jeunes est de les informer davantage et de mettre en avant les ravages du tabac, tels que les dents jaunâtres, les maux de gorge, l'impuissance sexuelle, les poumons noirs, l'infarctus, le cancer... Le tout est souvent suivi de bons conseils comme « tu dois arrêter »,

Les Etats parties prennent toutes les mesures appropriées, y compris des mesures législatives, administratives, sociales et éducatives, pour protéger les enfants contre l'usage illicite de stupéfiants et de substances psychotropes, tels que les définissent les conventions internationales pertinentes, et pour empêcher que des enfants ne soient utilisés (Article 33, alinéa 1<sup>er</sup> de la Convention relative aux droits de l'enfant)

« on peut t'aider ». Cette approche de prévention s'appuie sur l'idée que c'est la méconnaissance des dangers qui explique les comportements à risque. Ainsi, il suffirait de connaître une information objective pour agir en conséquence et avec sagesse. Une autre stratégie est de penser que provoquer la peur est le meilleur moyen de décourager un comportement : « s'ils voient des photos de laryngectomisés, ils n'auront plus envie de fumer ».

Or, le comportement des jeunes, et des êtres humains en général, est plus complexe que cela ! Des phrases émergeant dans les groupes de discussion avec les jeunes, telles que « on sait déjà que c'est mauvais pour la santé » « plus on dit d'arrêter, plus on a envie de fumer », montrent que l'information ne suffit pas, que la perception du risque peut être biaisée ou niée et que les conseils d'arrêt peuvent être inutiles, voire contre-productifs.

## De l'interdiction à la transgression

Une autre voie prise pour limiter l'initiation et la consommation tabagique des adolescents est le contrôle par la loi : interdiction de la vente aux moins de 16 ans, interdiction de fumer dans les

écoles, sanctions de plus en plus sévères pour ceux qui ne respectent pas la règle. Cependant, l'interdiction provoque normalement chez les adolescents l'envie de transgresser. Force est de constater qu'il y a toujours des fumeurs dans les toilettes et que les mineurs achètent des cigarettes. De plus, il arrive que la sanction, par exemple être renvoyé définitivement de l'école, entraîne des conséquences graves pour la scolarité du jeune.

Cette description ne signifie pas que l'information, les règles et même les conseils, ne soient pas nécessaires. Cependant, la démarche d'« inciter à éviter un comportement », prise de manière extrême, correspond à un modèle de prévention – et d'éducation – basé sur le savoir de l'expert et centré sur son discours; développé dans un cadre des relations hiérarchiques où l'instance décisive est l'autorité de l'adulte. Dans cette perspective, l'adolescent est réduit à un rôle passif de récepteur d'information.

## Eduquer à la responsabilité

D'un autre côté, quand on prend en compte le deuxième terme du para-



doxe, « éduquer à la responsabilité et au libre choix », on se situe dans un modèle de prévention –et d'éducation– qui reconnaît les savoirs et les expériences de tous les participants, par exemple la manière dont les consommateurs perçoivent leurs usages et leurs motivations. Ce type de prévention est davantage centré sur le discours des adolescents, plutôt que sur celui des adultes, dans un cadre de relations de collaboration. Dans cette perspective, le projet de prévention est élaboré avec la participation active des jeunes à toutes les étapes, de la planification à l'évaluation. L'information est recherchée et construite avec eux, à partir de leurs intérêts et leurs inquiétudes. Les objectifs de la démarche sont décidés par eux-mêmes, par exemple l'abstinence, la gestion de la consommation ou l'arrêt. Ces décisions sont éclairées par l'information, le débat, le dialogue. Les règles sont discutées et décidées par tous les acteurs concernés et les sanctions visent à approfondir la réflexion sur le sens de la loi, plutôt qu'à punir. L'adolescent est reconnu comme un sujet à part entière. Cela pourrait paraître idéal ou utopique. Aussi idéal et utopique qu'une véritable démocratie. Evidemment, ce n'est pas un point de départ, mais un objectif à atteindre. S'approcher de cet objectif peut permettre d'intégrer la prévention du tabagisme dans une démarche plus large : celle de l'éducation à la citoyenneté.

<sup>1</sup> Ministère de la Communauté française, Programme quinquennal de promotion de la santé 2004-2008, p. 11.

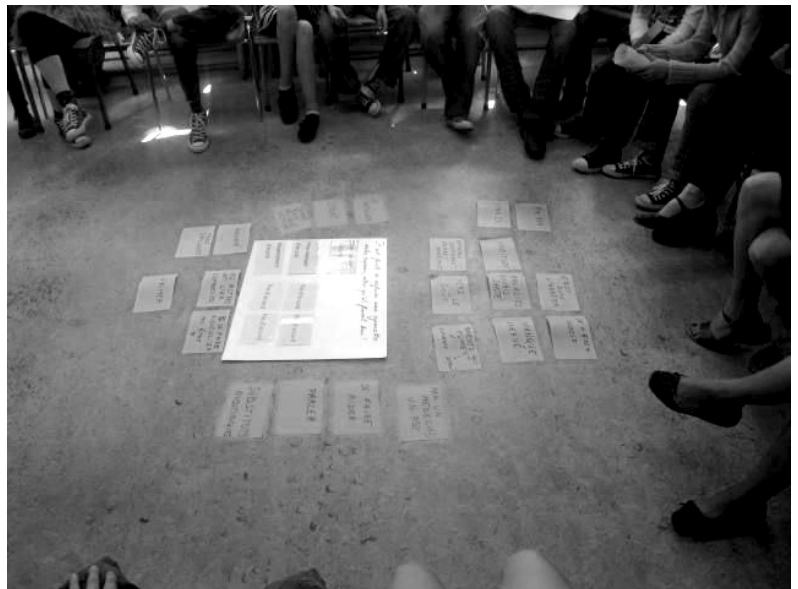
## Expérience de prévention du tabagisme, vers une éducation à la responsabilité et au libre choix

La mise en place d'ateliers d'expression et de sensibilisation est une des pistes d'action valorisées par l'équipe du Fares dans le cadre de ses missions de prévention auprès des jeunes. L'objectif est de susciter et nourrir une réflexion sur la consommation de tabac entre jeunes et avec des professionnels relais.

Lorsqu'une institution nous appelle, c'est généralement pour venir « parler du tabac aux jeunes ». Notre démarche consiste alors à rencontrer les professionnels relais de l'institution pour leur proposer, par exemple, d'animer ensemble un atelier qui ne se centre pas uniquement sur l'information concernant le produit, mais sur les échanges de points de vue autour de la consommation de tabac. Un temps de préparation de l'atelier est prévu avec les professionnels qui souhaitent co-animer, sur base des thématiques proposées par les jeunes. Ce moment est précieux ! Il permet d'adapter les activités, d'explorer les représentations de chacun sur la pré-

d'animation qu'ils pourront réutiliser de manière autonome par la suite.

Au début de chaque atelier, des règles favorisant le dialogue sont discutées avec les jeunes : le respect de l'autre, le non-jugement, l'écoute sans critique ni étiquetage. Le rôle des animateurs est de favoriser les échanges d'opinions et de susciter un questionnement chez les jeunes, une prise de recul par rapport à leurs habitudes, leurs choix et le sens de ceux-ci, par exemple : qu'est-ce qui fait qu'on fume alors qu'on connaît les risques ? Qu'est-ce qui motive à ne pas fumer ? Quels autres moyens utiliser pour gérer le stress, la nervosité, être à l'aise ? Les thèmes abordés par les jeunes varient d'un atelier à l'autre. Néanmoins, on retrouve régulièrement certaines thématiques : qu'est-ce qui influence le fait de fumer ou pas ? Quels sont les avantages à ne pas fumer ? Comment parler de l'interdiction de fumer ? A quoi reconnaît-on une consommation abusive ou quand on devient accro ? ...



Atelier d'expression et de sensibilisation autour du tabac organisé par le FARES

vention en général et de remettre en question d'éventuels préjugés par rapport aux jeunes qui consomment et à la possibilité d'engager un dialogue avec eux. Lors de la co-animation de l'atelier, les professionnels mettront en pratique des techniques

Les adolescents réagissent, argumentent et sont créatifs dans leurs propositions, ce qui constitue un véritable support aux actions de prévention : « les potes fument devant nous et ça nous tente », « les adultes doivent



être des modèles. » ; « quand on explique l'interdit, ça aide. Il y a différentes manières d'en parler. », « la tentation devient trop forte, on cède et après on devient accro ». Globalement, cette démarche vise à favoriser le développement ou le renforcement de compétences psychosociales, telles que l'aptitude à dialoguer, l'esprit critique face aux médias, la résistance à l'influence sociale, un rapport constructif à la loi.

L'écho des jeunes sur les ateliers est positif : « j'ai apprécié les opinions, les idées que l'on se partage. », « j'ai apprécié de discuter avec des personnes d'âges différents. », « j'ai aimé le fait que ce ne soit pas... C'est pas bien de fumer ... », « j'ai apprécié qu'on explique l'avis des fumeurs parce que je ne les comprends pas bien. ». De même, les professionnels relais relèvent : « le côté fort ouvert et non moralisateur était constructif. », « je trouve que les jeunes ont apporté des choses très intéressantes. », « ces ateliers constituent un point de départ à d'autres dynamiques au sein de l'établissement... », « l'atelier me donne des idées pour la suite. ». D'ailleurs, il arrive que l'animation soit l'occasion de démystifier des croyances ou des peurs : « j'avais peur qu'il y ait un clan de fumeurs et un clan de non-fumeurs mais ça n'a pas été le cas ».

Deux semaines après l'activité, les jeunes reçoivent un dépliant compilant les thèmes abordés lors de l'atelier, leurs phrases et des photos. C'est une manière de valoriser leurs paroles, d'en garder une trace, de les montrer à d'autres.

La perspective de cette démarche est bien de renforcer, au sein des institutions intéressées, une dynamique de prévention qui soit portée par plusieurs professionnels, afin d'aborder diverses thématiques avec les jeunes tout au long de l'année. A ce jour, les ateliers ont été suivis de temps film-débat, de cours de sciences sur les méfaits de la cigarette, de groupes de parole, de l'élaboration d'une charte-règlement, d'un projet de prévention par les pairs, de l'exposition de panneaux réalisés par les jeunes.

La description précédente montre une des pistes possibles permettant de mettre en place une démarche de prévention du tabagisme qui s'intègre dans la perspective plus large d'éducation à la citoyenneté. ◀