

Éducation et communication fondées sur des données probantes

Que nous révèle la recherche sur les approches efficaces en éducation et en communication au sujet de la consommation de substances?

La recherche démontre de façon constante que l'éducation fondée sur des données probantes sur la consommation de substances est plus efficace que les approches axées uniquement sur l'abstinence ou sur l'information. Cela inclut les programmes axés sur la peur et les programmes de type « Dites simplement non » (*Just Say No*). Les programmes axés uniquement sur l'abstinence, pourtant largement répandus, produisent des effets négligeables et n'ont aucun impact durable sur les comportements des élèves en matière de consommation de substances. Des études montrent que les jeunes exposés à ces programmes consomment autant, voire davantage, que leurs pairs, et disposent de moins de connaissances pour faire des choix sécuritaires lorsqu'ils sont confrontés à la consommation.

À l'inverse, les programmes et pratiques fondés sur la recherche peuvent permettre des réductions significatives de la consommation de substances. Les approches efficaces partagent plusieurs caractéristiques : premièrement, elles fournissent de l'information exacte; deuxièmement, elles s'appuient sur des facteurs de protection, tels que le sentiment d'appartenance à l'école et les relations bienveillantes; troisièmement, elles enseignent des compétences pratiques en matière de prise de décision et des compétences socioémotionnelles; quatrièmement, elles privilégient des méthodes pédagogiques interactives plutôt que passives; finalement, elles s'inscrivent dans les principes de réduction des méfaits, en reconnaissant que la consommation de substances se situe sur un continuum allant de l'absence de consommation au trouble lié aux substances. Ces méthodes s'avèrent efficaces grâce à divers facteurs :

1. Elles tiennent compte des spécificités du développement.
2. Elles cherchent à renforcer des compétences plutôt qu'à se concentrer uniquement sur la transmission de connaissances.
3. Elles contribuent à réduire la discrimination et à encourager la demande d'aide.
4. Elles s'attaquent aux racines profondes des problèmes liés à la consommation de substances, tels que les traumatismes et les troubles de la santé mentale.

Le contenu et l'approche d'une éducation efficace doivent également être adaptés au stade de développement de l'enfant. Au cours de la petite enfance et de la moyenne enfance (de la maternelle à la 5e année), la recherche indique qu'offrir des informations détaillées sur la consommation de substances ou des formations visant à résister à la pression sociale pourrait s'avérer inefficace et être associée à des méfaits plutôt qu'à des bienfaits. À ce stade, la recherche appuie le développement des compétences socioaffectives de base et des relations protectrices. Au début et au milieu de l'adolescence (de la 6e à la 9e année), les programmes éprouvés se concentrent sur les informations normatives exactes, les compétences en matière de prise de décision et la pensée critique à l'égard des influences. À la fin de l'adolescence (de la 10e à la 12e année), la littératie en matière de réduction des méfaits et la planification de la transition deviennent des thèmes appropriés, donnant aux élèves des outils et des connaissances pratiques pour composer avec les décisions relatives à la consommation de substances lors du passage à l'âge adulte. À tous les stades, les mesures punitives et d'exclusion, telles que la suspension, l'expulsion ou l'intervention des forces de l'ordre, vont à l'encontre du but recherché. Elles risquent de rompre les liens protecteurs et de contribuer à des trajectoires de méfaits accrus.



Références

Alarcó-Rosales, R., Sánchez-SanSegundo, M., Ferrer-Cascales, R., Albaladejo-Blazquez, N., Lordan, O., & Zaragoza-Martí, A. (2021). Effects of a School-Based Intervention for Preventing Substance Use among Adolescents at Risk of Academic Failure: A Pilot Study of the Reasoning and Rehabilitation V2 Program. *Healthcare*, 9(11), 1488. <https://doi.org/10.3390/healthcare9111488>

Das, J. K., Salam, R. A., Arshad, A., Finkelstein, Y., & Bhutta, Z. A. (2016). Interventions for Adolescent Substance Abuse: An Overview of Systematic Reviews. *Journal of Adolescent Health*, 59(4), S61–S75. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.06.021>

Fischer, N. R. (2022). School-based harm reduction with adolescents: A pilot study. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 17(1), 79. <https://doi.org/10.1186/s13011-022-00502-1>

Griffin, K. W., Botvin, G. J., Scheier, L. M., & Williams, C. (2023). Long-term behavioral effects of a school-based prevention program on illicit drug use among young adults. *Journal of Public Health Research*, 12(1), 22799036221146914. <https://doi.org/10.1177/22799036221146914>

Heerde, J. A., Bailey, J. A., Merrin, G. J., Raniti, M., Patton, G. C., Toumbourou, J. W., & Sawyer, S. M. (2025). *School Suspension as a Predictor of Young Adult Homelessness: The International Youth Development Study*. *Journal of Prevention*, 46(4), 467–485. <https://doi.org/10.1007/s10935-025-00829-y>

Hsiung, H., Patel, K., Hundal, H., Baccouche, B. M., & Tsao, K.-W. (2022). Preventing Substance Abuse in Adolescents: A Review of High-Impact Strategies. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.27361>

Onrust, S. A., Otten, R., Lammers, J., & Smit, F. (2016). School-based programmes to reduce and prevent substance use in different age groups: What works for whom? Systematic review and meta-regression analysis. *Clinical Psychology Review*, 44, 45-59. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.11.002>

Prins, S. J., Shefner, R. T., Kajeepeta, S., Hatzenbuehler, M. L., Branas, C. C., Metsch, L. R., & Russell, S. T. (2023). Collateral consequences of the school-to-prison pipeline: Adolescent substance use and developmental risk. *Addictive Behaviors*, 137, 107524. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107524>

Prins, S. J., Shefner, R. T., Kajeepeta, S., Levy, N., Esie, P., & Mauro, P. M. (2023). Longitudinal relationships among exclusionary school discipline, adolescent substance use, and adult arrest: Public health implications of the school-to-prison pipeline. *Drug and Alcohol Dependence*, 251, 110949. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2023.110949>