

Des pistes pour la prévention auprès des jeunes

Jessica Mange,
maîtresse de conférences en psychologie sociale,
université de Caen-Normandie.

L'ESSENTIEL

► La lutte contre la consommation d'alcool des adolescents et des étudiants, souvent liée à des pratiques festives, représente un défi. Si le développement des compétences psychosociales demeure un axe essentiel, une approche globale s'impose. Des démarches associant interventions adaptées aux contextes festifs et actions environnementales (politique de campus ou régulation de l'accès à l'alcool) sont prometteuses.

L'adolescence et le début de l'âge adulte sont des périodes de vulnérabilité accrue, marquées par l'expérimentation, la recherche de sensations et une forte influence des pairs. Parmi les lycéens comme chez les étudiants, les consommations d'alcool sont souvent ponctuelles et socialement ou temporellement situées (entrée à l'université, événements festifs). Trois usages festifs à risque sont associés à leur conception et que les approches privilégient la régulation et la réduction des risques plutôt que la sanction. Les interventions numériques occupent une place croissante dans la prévention auprès des jeunes [4]. Elles offrent des avantages en termes d'accessibilité, d'anonymat et de personnalisation, notamment *via* des

retours sur les normes réelles du groupe ou les consommations individuelles. Les résultats demeurent toutefois hétérogènes, soulignant la nécessité d'inscrire ces outils dans des stratégies plus globales.

La prévention des consommations d'alcool en milieu lycéen ou étudiant gagne ainsi à être pensée de façon globale. Les démarches intégrées, combinant interventions individuelles fondées sur les preuves, adaptation aux contextes festifs et actions environnementales (politiques de campus, partenariats locaux, régulation de l'accès à l'alcool), apparaissent les plus prometteuses. Or, de manière générale, si quelques universités ont commencé à engager une dynamique de prévention autour du *Défi de janvier* ces dernières années, les avancées restent timides et tout reste à faire en termes de démarche multi-niveaux impliquant tous les acteurs en lien avec les consommations et le monde lycéen et étudiant, les jeunes compris. ■

Apprendre à résister à la pression des pairs

Selon la littérature scientifique, les programmes qui présentent les effets les plus robustes sont ceux développant les compétences psychosociales, l'autorégulation, la résistance à la pression des pairs et la réflexion sur les normes sociales. L'enjeu pour les professionnels de la prévention reste toutefois d'agir au bon moment et au bon niveau. Des dispositifs ciblés sur des événements précis, comme les semaines d'intégration universitaire, montrent une efficacité supérieure à des actions uniquement généralistes. En milieu éducatif [2], les approches universelles gagnent à être complétées par des interventions ciblées, adaptées à l'âge, au niveau de risque et aux contextes d'usage. La *College Alcohol Intervention Matrix* (AIM) propose une typologie des interventions selon leur niveau d'efficacité et leur cible [3]. Les données issues des universités états-uniennes démontrent que les politiques de campus peuvent jouer un rôle clé, notamment lorsque les étudiants sont associés à leur conception et que les approches privilégient la régulation et la réduction des risques plutôt que la sanction. Les interventions numériques occupent une place croissante dans la prévention auprès des jeunes [4]. Elles offrent des avantages en termes d'accessibilité, d'anonymat et de personnalisation, notamment *via* des

retours sur les normes réelles du groupe ou les consommations individuelles. Les résultats demeurent toutefois hétérogènes, soulignant la nécessité d'inscrire ces outils dans des stratégies plus globales.

La prévention des consommations d'alcool en milieu lycéen ou étudiant gagne ainsi à être pensée de façon globale. Les démarches intégrées, combinant interventions individuelles fondées sur les preuves, adaptation aux contextes festifs et actions environnementales (politiques de campus, partenariats locaux, régulation de l'accès à l'alcool), apparaissent les plus prometteuses. Or, de manière générale, si quelques universités ont commencé à engager une dynamique de prévention autour du *Défi de janvier* ces dernières années, les avancées restent timides et tout reste à faire en termes de démarche multi-niveaux impliquant tous les acteurs en lien avec les consommations et le monde lycéen et étudiant, les jeunes compris. ■

1. Beuverie impliquant un rythme de consommation rapide (NDLR).

2. Que l'on pourrait traduire par « intéressé par la sobriété » (NDLR).



Cet article est sous licence internationale Creative Commons Attribution 4.0, qui autorise sans restrictions l'utilisation, la diffusion, et la reproduction sur quelque support que ce soit, sous réserve de citation correcte de la publication originale.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

[1] D. Siconolfi, J. S. Tucker, E. R. Pedersen, L. G. Perez, M. S. Dunbar, J. P. Davis, *et al.* Sober curiosity and participation in temporary alcohol abstinence challenges in a cohort of US emerging adults. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 2024, vol. 85, n° 2 : p. 201-209. En ligne : <https://www.jsad.com/doi/abs/10.15288/jsad.23-00137>

[2] X. Q. Liu, Y. X. Guo, X. Wang. Delivering substance use prevention interventions for adolescents in educational settings: A scoping review. *World journal of psychiatry*, 2023, vol. 13, n° 7 : p. 409-422. En ligne : <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10401500/>

[3] J. M. Cronce, T. L. Toomey, K. Lenk, T. F. Nelson, J. R. Kilmer, M. E. Larimer. NIAAA's college alcohol intervention matrix: CollegeAIM. *Alcohol Research: current reviews*, 2018, vol. 39, n° 1 : p. 43-47. En ligne : https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6104959/pdf/arc-39-1-e1_a06.pdf

[4] M. Monarque, J. Sabetti, M. Ferrari. Digital interventions for substance use disorders in young people: rapid review. *Substance abuse treatment, prevention, and policy*, 2023, vol. 18, n° 1 : art. 13. En ligne : <https://link.springer.com/article/10.1186/s13011-023-00518-1>