

# Guide aidant à la réalisation de messages porteurs s'adressant au public « jeunes » en matière de prévention de santé physique, mentale et sociale

## Mise en contexte

Il se peut que dans le cadre de votre travail, vous ayez à coordonner des travaux avec des groupes de jeunes, afin de construire des messages positifs liés à leur bien-être. Voici quelques astuces utiles à la construction de messages, dont diverses études ont mis en lumière l'efficacité.

## Le but global recherché par une campagne promotionnelle

Le but doit être lié à une problématique, des besoins ou un écart préalablement identifiés. Que souhaitons-nous obtenir concrètement comme résultat observable au terme de la campagne?

## Les objectifs

Favoriser l'apparition, le maintien ou la multiplicité de comportements liés à la pratique recherchée. Dans ce cas-ci, adopter des comportements protecteurs de sa santé physique, mentale et sociale. Quels comportements souhaitons-nous donc modifier ou maintenir qui permettrait d'atteindre notre but? (réfléchir comme une prescription de comportement)

## Le public

Définir la cible permet de choisir des messages, des moyens de communication qui rejoignent le public souhaité. Quel public je souhaite toucher et pourquoi celui-ci?

On peut accroître notre efficacité promotionnelle en développant des stratégies qui vont avoir un écho auprès du réseau de notre public principal (scolaire, famille, communauté).

## Les moyens, construire des messages ...

### Axés sur le développement des compétences psychosociales

« Les compétences psychosociales (compétences sociales et civiques du socle commun de compétences, de valeurs et de culture) sont **la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves** de la vie quotidienne :

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

(OMS, Division de la santé mentale et de la prévention des toxicomanies – 1993)

Bien qu'elles peuvent-être améliorées tout au long de la vie et avoir ainsi des conséquences bénéfiques sur la santé globale de la personne, plus elles sont travaillées lorsque celles-ci sont jeunes, plus les bénéfices sont positifs. Travailler ces compétences dès l'enfance et l'adolescence constitue donc un enjeu majeur en éducation pour la santé.

Permettent d'aider l'adolescent à développer son jugement, à acquérir des moyens lui permettant d'imaginer diverses options et de développer les facteurs protecteurs de santé globale

# Guide aidant à la réalisation de messages porteurs s'adressant au public « jeunes » en matière de prévention de santé physique, mentale et sociale

## Les moyens, construire des messages ...

### Positifs

Les messages positifs prédisposent davantage à l'écoute, à l'ouverture et à la réflexion.

### En favorisant l'approche résolution de problème

Les adolescents, ont souvent tendance à faire ressortir des aspects lourds ou dramatique d'une situation, cependant cela ne donne pas la conduite à favoriser. Il est constructif de les aider à développer, toi, que ferais-tu face à, que dirais-tu à, qu'aimerais-tu entendre...

### Auxquels je peux m'identifier

Pour que le message nous touche, il est important que l'on puisse facilement s'identifier, se reconnaître. Ors, lorsque l'on nous présente des comportements à risque, nous n'avons pas tendance à se voir comme ayant de tels comportements, cela n'amène donc pas de modification de comportement ou très peu.

### À éviter car peu efficient

Les messages alarmants, répressifs ou encore les images qui font peur suscitent parfois des comportements de mal-être ferment l'ouverture à la réflexion et n'entraînent pas de modifications de comportements

## Le moment et le rythme des messages

La répétition du message demeure la clé du succès car après un certain temps, les gens oublient et le comportement revient. D'où l'importance de répéter et de continuer.

Les messages avec déclinaison sont de bons moyens permettant cette répétition.

## La forme

Il existe de multiples stratégies de communication. Laquelle me permettrait le plus de toucher mon public ?

## L'évaluation de l'efficacité de notre campagne

Il existe souvent 2 niveaux de résultats à un projet. Le résultat final produit mais il y a également nombre de résultats dans le chemin parcouru pour y arriver. Impliquer les jeunes dans la conception permet à la fois de travailler sur certaines compétences psychosociales et de mieux intégrer les objectifs de s'impliquer à construire des messages porteurs.

On pourrait donc demander aux jeunes de participer à produire une campagne sur les critères suivants :

- ✓ Met en valeur un comportement souhaité, lié à un besoin de préserver ou changer une attitude
- ✓ Comporte des messages positifs
- ✓ Utilise un moyen de communication qui « parle » bien aux jeunes

# Guide aidant à la réalisation de messages porteurs s'adressant au public « jeunes »



## en matière de prévention de santé physique, mentale et sociale

Comment vais-je mesurer ces 2 résultats. L'évaluation doit être liée directement au but et aux objectifs.

### L'adolescence

L'adolescence est une période de transition et de bouleversements physiques (puberté) et psychologiques intenses. L'adolescent est dans **une phase d'affirmation de son identité et de son autonomie** face aux adultes. Il cherche à trouver sa place en sortant du monde de l'enfance, sans savoir comment pénétrer celui des adultes.

Cette période est encore une étape de maturation physique, physiologique et psychologique. La santé passe alors souvent avant tout par le corps dont il faut prendre soin. Pour les adolescents, le corps est un objet soumis au regard de l'autre. Ils sont très préoccupés par leur apparence physique.

Comme il est dans une phase où il développe son réseau social, les relations avec les pairs ont un fort impact sur ses comportements sociaux, notamment concernant la consommation de drogues ou les comportements à risques.

*« La perception de la santé chez les adolescents est spécifique car leurs préoccupations ou leurs perceptions de la santé se focalisent majoritairement sur leur corps et ses transformations »*