

L'IST dans l'adolescence

 Brigitta Danuser, IST



A la tête du secteur de Médecine du travail depuis l'automne 2003, Brigitta Danuser nous vient de l'Institut d'Hygiène et de Physiologie du Travail de l'EPFZ, un

compagnon, presque un frère aîné de l'IST, qu'avait créé E. Grandjean (cf. l'article de M. Guillemin). Elle était donc tout sauf une inconnue avant de nous rejoindre! Polyglotte en plein épanouissement francophone, elle est aussi mère de deux adolescents, autant dire que le sujet, elle maîtrise! (CAB)

Et voilà, l'IST entre dans l'adolescence... Mais qu'est-ce que cela signifie? C'est l'âge des changements : bouleversement des hormones, intérêts différents, nouvelle définition du rôle dans la société. C'est aussi celui où l'on se préoccupe de soi-même, de son apparence, de l'effet qu'on produit sur les autres. Selon leur réponse aux défis et aux épreuves de cette étape de vie, c'est aussi devenu une mode de parler de la «résilience» des adolescents. Alors, quelles sont les chances de l'IST d'être résilient?

Et si Narcisse avait été une fille?

Adolescence... Les filles peuvent rester devant le miroir pendant des heures, essayant diverses tenues vestimentaires, elles inspectent le moindre petit bouton et ne sont jamais contentes de leur apparence. Les garçons estiment quant à eux qu'ils doivent être aimés avec tous leurs défauts et ils ont tendance à négliger leur hygiène. Quelques experts expliquent aussi le comportement versatile des adolescents par l'éveil de la sexualité. Ce qui peut être la cause du vol d'une voiture ou de la violence, c'est la dominance masculine dans la sexualité qui cherche aussi des chemins criminels pour s'exprimer.

Est-ce que l'IST est plutôt féminin ou masculin? Avec un secteur d'Hygiène du Travail bien développé et une nette incli-

nation à s'observer soi-même, c'est clair : l'IST est, en ce moment, plutôt féminin!

Pas un âge d'or...

En dehors des particularités liées au genre, que sait-on de la santé des adolescents? A dire vrai, le tableau n'est pas enthousiasmant. Si, d'une manière générale, les taux de mortalité dans la population tendent à baisser, tel n'est pas le cas pour les adolescents, dont le taux stagne en raison de l'importance des morts violentes (accidents, suicides, overdoses) qui surviennent à cet âge et sont assez importantes pour la Suisse.

Alors que deux tiers des adolescents se déclarent plutôt en bonne santé, un tiers d'entre eux rapportent divers problèmes de santé, notamment de santé mentale au sens large : anxiété, dépression, troubles de l'alimentation et manque de confiance en soi ou usage problématique de substances.

Quand ils sont mal dans leur peau, les jeunes tendent à cumuler les problèmes : 5% des adolescents réagissent aux problèmes de la recherche d'identité par une vraie dépression. Ce genre de problème touche pourtant trois fois plus les jeunes femmes et le suicide est spécialement plus élevé chez les jeunes hommes. Quelle est la chance de l'IST de se retrouver dans le tiers en bonne santé?

Une liberté acquise, mais à quel prix?

La notion de «résilience» est née en réaction à la tendance de se centrer uniquement sur les risques pour tenter de comprendre les facteurs qui permettent à l'individu de les surmonter. Le concept s'est affiné au travers de l'observation d'adolescents ayant vécu des situations traumatiques (telles qu'une situation familiale perturbée, un environnement socio-économique instable voire menaçant, ou un handicap physique majeur). Comme le rappelle le Prof. P.-A. Michaud : «la résilience n'implique en aucun cas un évitement ou un déni du risque; au

contraire, à l'image des processus liés aux fonctions immunitaires, c'est bel et bien l'exposition au risque qui provoque la mise en jeu des mécanismes de résilience». Les facteurs intervenant dans ces mécanismes de protection sont de nature individuelle et environnementale :

- Parmi les caractéristiques individuelles, citons la confiance en soi, la capacité de susciter la sympathie et de nouer des relations, le sentiment d'avoir une emprise sur les événements de sa propre vie, la créativité, l'humour, l'imagination, la capacité d'adaptation, mais aussi le sens de responsabilités et l'esprit d'initiative.

Les adolescents résilients ne sont pas invulnérables, ils présentent surtout des caractéristiques de tempérament qui favorisent l'adaptation aux situations de risque et incitent leur entourage à s'occuper d'eux.

- Les particularités de l'environnement sont d'abord familiales avec, entre autres, l'aptitude de l'un des deux parents à établir un lien chaleureux, des attentes réalistes de la part des parents en matière de réussite scolaire, la possibilité de prendre des responsabilités dans la vie →

Résilience

Le mot est venu de la métallurgie et sert toujours à qualifier la réaction d'un matériau soumis à un choc. En psychologie, la résilience désigne la capacité, pour des individus confrontés à des situations très difficiles, de se sortir d'affaire de façon non seulement efficace, mais susceptible d'engendrer une meilleure capacité de réagir plus tard à une difficulté. On en trouve des acceptions voisines en informatique (systèmes résilients), en écologie (résilience d'un écosystème frappé par une catastrophe) et depuis peu en économie. Bref, une aptitude si bénéfique qu'on se demande comment on a pu vivre si longtemps sans la nommer ! Faut croire qu'on est résilients... (CAB)

**Matez!... trop mortel!
...L'as les dernières
"Kine Resilient"**



Carte de vœux

Si l'IST s'est assuré une réputation sérieuse à travers les activités de médecine, d'hygiène et de sécurité, autrement dit les activités traditionnelles dans le domaine de la santé au travail, grâce à une volonté affirmée au cours des dernières années il s'est imposé aussi dans le domaine psychosocial avec une équipe somme toute faible en nombre mais dont la pertinence des travaux conforte sa réputation.

Alain Max Guénette

Professeur de Management des RH et de Psychosociologie des organisations à la Haute Ecole de Gestion (HEG) de Neuchâtel.

Si d'autres et d'aussi connaisseurs le disent, c'est donc vrai : il a appris des choses en 10 ans, ce petit !

familiale, le partage de valeurs morales. Viennent ensuite les particularités de l'environnement social, éducatif et culturel : un soutien social durable, des adultes qui font confiance à l'adolescent, l'identification à un groupe d'amis fidèles et un réseau de soutien informel.

Et l'IST, il en est où ?

Les chances de l'IST d'être résilient sont grandes. Du point de vue environnemental, les attentes sont réalistes (personne n'attend l'obtention d'un prix Nobel!). L'IST peut aussi compter sur un groupe d'amis fidèles et un réseau de soutien informel comme le réseau AGENS, dans lequel les pairs en santé au travail se sont regroupés. Mais qu'en est-il des caractéristiques personnelles? Est-ce que l'IST a une bonne image de soi? Est-il prêt à prendre des risques et capable d'attirer l'attention et de susciter la sympathie? Pour réussir, il faudrait donc imaginer des actions qui favorisent l'émergence du sens de la créativité, de la capacité d'adaptation, voire de l'humour!

Une récente étude de l'unité multidisciplinaire de santé des adolescents du CHUV montre que les gymnasiens sont en général en meilleure santé physique et psychique que les apprentis du même âge. En temps qu'institut universitaire, l'IST se

trouve donc du côté le plus favorisé !

La recherche a pu montrer l'impact considérable de l'inactivité et de l'absence d'avenir professionnel et scolaire sur la santé des adolescents. Ce sont des réponses socio-éducatives et non strictement sanitaires ou médicales qui permettent d'améliorer la santé des adolescents. L'IST est très actif (peut-être même hyperactif à certains moments !) et les possibilités pour son avenir professionnel sont vastes. Un groupe de l'IST composé de cadres, de collaborateurs et de membres du Conseil de Fondation est en train de réfléchir à la future structure et au but de l'IST. La vision définie et partagée pour l'avenir qui en émanera est une condition préalable à sa bonne santé.

Mais comment promouvoir la santé?

En fait, les activités de prévention se centrent aujourd'hui trop souvent sur les problèmes et les risques en matière de santé. Les travaux sur la résilience nous apprennent à valoriser des approches centrées sur les compétences en matière de choix de vie.

L'IST doit donc se centrer sur ses ressources, des ressources qu'il ignore parfois lui-même! Par exemple, le fait d'être un institut pluridisciplinaire est considéré simultanément comme une

faiblesse et comme un point fort. Mais essayons donc de voir notre pluridisciplinarité comme une ressource et ne nous arrêtons pas toujours à ses côtés négatifs!

La réponse aux défis posés par la mauvaise santé physique ou mentale d'une partie des adolescents de Suisse réside dans un abord coordonné, positif, fondé sur les ressources de l'individu et de son environnement. Elle demande une approche de réseau multidisciplinaire travaillant à l'échelle de la communauté et associant un maximum d'acteurs. Qui est mieux positionné que l'IST pour s'investir activement dans une telle approche pour la promotion de la santé chez les adolescents, et plus spécialement chez les apprentis?

Alors IST, vas-y, ose, expose-toi et prends des risques ! Pratiquement toutes les données indiquent une bonne santé, un avenir couronné de succès et une position importante et influente dans le monde du travail suisse!

Remerciements

Cet article s'autorise de larges emprunts à celui du Prof. P.-A. Michaud «Les adolescents et leur santé: quelles réponses de la part des professionnels?», *Dépendances* 2003, N° 19, p. 23-27, que j'ai appliqué ici à un cas particulier. |