

coéquipiers, nommée “norme perçue des pairs”. Ainsi, ils ont tendance à surévaluer cette consommation, tout en minimisant ou banalisant leur propre alcoolisation. Aussi, les rugbymen pensent que leurs pairs consomment deux fois plus et expérimentent quatre fois plus d'épisodes de *binge drinking* qu'eux. De ce fait, ces consommations représentent un moyen pour les individus de se conformer à la norme de leurs coéquipiers.

Le second objectif de ce travail de thèse était de mettre en place et d'évaluer l'efficacité d'interventions de prévention. Dans ce registre, une modalité d'intervention collective a montré l'importance de proposer des contenus permettant la correction de la mauvaise perception de la norme des pairs, dans la mesure où elle paraît être liée à la diminution de la consommation excessive (i.e. *binge drinking*). Par la suite, des individus identifiés comme ayant

une consommation d'alcool dangereuse se sont vus présenter une modalité d'intervention individuelle basée sur l'entretien motivationnel. Elle a alors permis de souligner l'importance de la motivation au changement dans la possible modification du comportement de consommation, ainsi que la nécessité d'adapter le contenu de l'intervention au stade de changement, issu du modèle transthéorique de Prochaska et DiClemente (1982), présenté par la personne. Ainsi, un tel accompagnement favoriserait l'émergence de la motivation au changement. Les pistes d'intervention envisagées pourront alors concerner la mise en place d'intervention brève sur un temps obligatoire. La sensibilisation des membres de l'encadrement sportif est également essentielle car ils peuvent facilement avoir accès aux lieux et aux personnes concernés pour tenter de limiter les consommations. De cette manière, ces

initiatives contrastent avec l'impression de tolérance donnée par l'environnement sportif vis-à-vis des alcoolisations. Aussi, il est important d'établir des stratégies de prévention encourageant les sportifs à adopter une manière alternative de récompenser les victoires (e.g. événement sans alcool) afin que l'éthique du *work hard, play hard* ne soit pas délétère à la santé ou aux performances. L'ensemble de ces recommandations doit permettre au sujet d'être acteur de son changement de comportement.

Ainsi, les éléments présentés permettent de mieux appréhender la problématique de santé publique que représente la consommation d'alcool chez les sportifs.

- Mots-clés

Consommation d'alcool – Population sportive – Motivation – Norme perçue – Intervention de prévention.

Livres

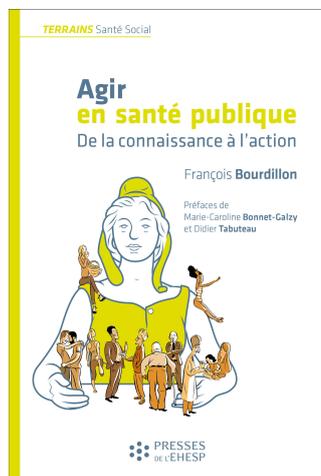
■ Agir en santé publique.

De la connaissance à l'action

François Bourdillon

Presses de l'EHESP, Rennes, 2020, 248 pages

ISBN 978 2 8109 0852 3



Un témoignage unique qui permet de comprendre de l'intérieur comment les campagnes de santé publique sont pensées et mises en œuvre, de découvrir les grands défis sanitaires

passés et à venir, ainsi que les stratégies pour sensibiliser la population à certains risques de santé, mais aussi de mieux cerner les difficultés auxquelles une agence sanitaire est confrontée.

■ Santé : urgence

André Grimaldi, Frédéric Pierru

Odile Jacob, Paris, 2020, 496 pages

ISBN 978 2 7381 5183 4



28 experts et professionnels de la santé proposent une révolution de notre système de santé, entre autres : construire des communautés de soignants, faire des patients de véritables partenaires, remettre la prévention au centre...

■ Ma bataille intime

Clairette Bauer

Autoédition, Herrlisheim, 2020

ISBN 979 1 0699 4183 0



Voici un témoignage sur la souffrance des enfants confrontés à l'alcoolodépendance d'un parent. Un appel à ne pas laisser ces familles dans la solitude et à l'écart.