

# Aptitudes à la vie



Les aptitudes à la vie sont les comportements pratiques nécessaires pour faire face aux besoins de la vie quotidienne. Les jeunes personnes qui possèdent de bonnes aptitudes à la vie sont mieux préparées à prendre des décisions saines et à éviter des comportements à risque. Certains exemples d'aptitudes à la vie sont l'esprit critique, la fermeté et le développement de bons réseaux de soutien.

Si vous avez le temps, vous pouvez présenter ces aptitudes pendant une séance avant ou après dépistage. Vous pouvez aussi référer vos clients à d'autres services qui les familiariseront avec ces aptitudes.

### Développement de l'esprit critique

Aidez les jeunes personnes à apprendre à être des « consommateurs d'information » intelligents. Donnez à vos clients les suggestions suivantes pour développer leur esprit critique :

- ◆ N'acceptez pas tout ce que vous lisez ou entendez comme étant la vérité. Vérifiez la source de l'information. La personne qui vous a donné cette information est-elle bien informée et digne de confiance ou est-ce qu'il se peut qu'elle répète simplement des rumeurs qui ne sont pas vraies ? Avez-vous obtenu les faits d'un tabloïde ou d'une source d'information sérieuse ? Concernant l'Internet, le site paraît-il sérieux et est-il parrainé par une organisation de renommée ?
- ◆ Examinez les buts de la source de votre information. Est-ce que quelqu'un essaie de vous vendre quelque chose ? Est-ce

que la personne qui prétend être votre « ami » recherche en réalité quelqu'un avec qui avoir des comportements à risque ? Si les gens ne pensent qu'à leur propre intérêt, vous feriez bien de vous interroger sur leurs messages.

- ◆ Rappelez vous le dicton : si quelque chose semble trop bon pour être vrai, ce n'est probablement pas vrai. Est-ce qu'avoir des rapports améliorera votre beauté, votre virilité ou votre santé ? Non. Est-ce qu'il ou qu'elle vous aimera pour toujours parce que vous avez des rapports ? Non. Est-ce que vous résoudrez vos problèmes et n'aurez plus de soucis parce que vous consommez des drogues ? Non. Interrogez-vous sur ce qui semble une solution simple et rapide à un problème.
- ◆ Demandez ! Si vous lisez ou entendez quelque chose qui ne semble pas vrai, demandez à un professeur, un pair-éducateur qui a été formé, un conseiller adulte, un chef religieux, un parent ou encore un adulte en qui vous avez confiance.

## Fermeté

L'adoption d'un comportement ferme signifie d'avoir de l'assurance, de défendre ses opinions et ce que l'on pense juste et d'avoir confiance en soi. Les individus qui se comportent avec fermeté seront moins susceptibles d'être influencés par leurs pairs et pourront plus facilement adopter des comportements positifs durables. Les prestataires peuvent conseiller les jeunes à acquérir de la fermeté à l'aide des suggestions suivantes :

- ◆ Parlez clairement et avec assurance, tout en étant poli
- ◆ Maintenez un contact visuel quand vous vous adressez à d'autres (si la culture le permet)
- ◆ Evitez de discuter avec des personnes qui ne sont pas de votre avis ; exprimez simplement votre opinion et acceptez d'être d'un avis différent
- ◆ Repérez des modèles de rôle — par exemple un enseignant, un parent de la famille ou un ami — et observez leur comportement
- ◆ Rappelez-vous qu'un comportement ferme ne signifie pas d'être agressif.

Admettez qu'il n'est pas toujours facile d'être ferme, mais suggérez à vos clients qu'il peut leur être utile de s'exercer à acquérir de la fermeté.

## Développement de bons réseaux de soutien

Encouragez vos clients, qu'ils décident ou non de se soumettre au test de dépistage, de s'adresser à des personnes qui les soutiennent. Le soutien d'amis, de membres de la famille et d'autres personnes peut être un remède à la dépression et à la solitude et peut encourager les jeunes personnes dans leurs



aspirations d'une vie plus heureuse et plus saine.

Les personnes qui apportent un soutien :

- ◆ Sont honnêtes et franches
- ◆ Respectent leurs amis
- ◆ N'exercent pas de pression sur leurs amis pour faire quelque chose de dangereux ou de mauvais
- ◆ Sont dignes de confiance
- ◆ Ne tourmentent, ne blessent ni ne maltraitent les autres
- ◆ Écoutent
- ◆ Respectent la confidentialité
- ◆ Veulent ce qui est dans le meilleur intérêt des personnes qui leur sont proches

Vos clients pourront être ennuyés de s'apercevoir qu'un certain « ami » ou membre de la famille ne les soutiennent pas. Montrez-leur que vous com-

# Création d'un réseau de référence



**V**ous pouvez créer un réseau de référence pour votre centre ou votre programme en vous appuyant sur les pages suivantes, ou en prenant les mesures énumérées ci-après :

- ◆ Utilisez un cahier ou des fiches pour y répertorier les services auxquels vous voulez référer vos clients.
- ◆ Enregistrez les noms des autres organisations de votre communauté qui s'occupent d'adolescents.
- ◆ Inscrivez l'adresse, le numéro de téléphone et le nom de la personne que vos jeunes clients pourront contacter.
- ◆ Mettez cette liste à la disposition de tout le personnel de votre centre ou programme.
- ◆ Garantissez aux clients que toute référence vers un service donné restera confidentielle.

## Organisations/centres qui dispensent des services en rapport avec le VIH

Nom de l'organisation	Adresse	Téléphone
1.		
2.		
3.		
4.		

## Organisations/centres qui dispensent des services de contraception

Nom de l'organisation	Adresse	Téléphone
1.		
2.		
3.		
4.		

## Organisations ou cliniques qui dispensent des services de dépistage/traitement des IST

Nom de l'organisation	Adresse	Téléphone
1.		
2.		
3.		
4.		

## Organisations ou centres d'aide aux victimes de violences sexuelles

Nom de l'organisation	Adresse	Téléphone
1.		
2.		
3.		
4.		

## Organisations ou centres d'aide psychologique ou mentale

Nom de l'organisation	Adresse	Téléphone
1.		
2.		
3.		
4.		

## Organisations ou centres pour adolescents (YWCA, YMCA, scoutisme, groupes de jeunesse, etc.)

Nom de l'organisation	Adresse	Téléphone
1.		
2.		
3.		
4.		

## Ressources

- F**amily Health International. *VCT Toolkit*. Arlington, VA : Family Health International, 2002-2004. Les outils composant ce jeu sont énumérés ci-après et peuvent être consultés sur le site : <http://www.fhi.org/en/HIVAIDS/pub/guide/vcttoolkit.htm>
- ◆ Boswell D, Baggaley R. *Voluntary Counseling and Testing and Young People : A Summary Overview*, 2002. Ce petit ouvrage de 28 pages récapitule les questions relatives aux CDV chez les jeunes, notamment la pertinence et la justification des services CDV à l'intention des jeunes, les stratégies et les modèles de services à prendre en considération, la diversité des jeunes, les obstacles à examiner, les messages de plaidoyer, des études de cas brèves et autres.
  - ◆ Sangiwa G. *A Guide to Establishing Voluntary Counseling and Testing Services for HIV*, 2002. Ce guide de 11 pages décrit les besoins d'un programme qui cherche à établir des services CDV pendant les phases d'évaluation des besoins, de conception et d'exécution ; il récapitule aussi les besoins minimums en personnel, locaux, équipement et fournitures.
  - ◆ Sangiwa G, Kamenga C, Boswell D, et al. *HIV Voluntary Counseling and Testing : A Reference Guide for Counselors and Trainers*, 2004. Ce guide de 125 pages contient des informations de base sur le VIH/SIDA et autres IST, les questions de dépistage du VIH, les notions de counseling, les stratégies visant à promouvoir les changements de comportement, les structures de counseling avant et après dépistage, les questions de soins et de soutien social, les questions touchant à la perte et au deuil d'un proche, les questions de soutien en counseling, les questions de suivi et surveillance et les questions éthiques.
  - ◆ Sangiwa G. *Voluntary Counseling and Testing for HIV : A Strategic Framework*, 2003. Cette brève description (neuf pages plus annexes) d'un cadre stratégique fournit une approche conceptuelle pour la mise à exécution des différents volets d'un programme CDV.

- ♦ Walkowiak H, Gabra M, van Praag E, et al. *Commodity Management in VCT Programs : A Planning Guide*, 2002. Réalisé en collaboration avec Management Sciences for Health, ce guide de 39 pages récapitule les questions concernant les trousse de diagnostic du VIH et autres fournitures des services CDV, et s'accompagne d'une étude de cas en Zambie ainsi que de recommandations.

### Autres ressources

Finger W. **VIH : counseling et dépistage volontaire. Optic'Jeune n° 3. Arlington, VA** : Family Health International/YouthNet, 2002.

<http://www.fhi.org/en/Youth/YouthNet/Publications/YouthLens+English.htm#Optic'Jeune> (aller au n° 3).

Cette note de synthèse de quatre pages résume la recherche sur la question du CDV pour les jeunes et les orientations des programmes au moment de la publication ; la note récapitule la demande de services, l'incidence du CDV sur le comportement et les défis programmatiques.

Programme Horizons, partenaires du projet Kenya, partenaires du projet Ouganda. **HIV Voluntary Counseling and Testing among Youth Ages 14 to 21 : Results from an Exploratory Study in Nairobi, Kenya, and Kampala and Masaka, Uganda (Counseling et dépistage volontaires du VIH chez les jeunes de 14 à 21 ans : résultats d'une étude exploratoire conduite à Nairobi, Kenya, et à Kampala et Masaka, Ouganda).**

Washington, DC : Population Council, 2001.

<http://www.popcouncil.org/pdfs/horizons/vctyouthbaseline.pdf>

Ce rapport traite des attitudes et des opinions des jeunes du Kenya et de l'Ouganda à l'égard du CDV, qu'ils aient participé ou non au CDV.

Fédération internationale pour la planification familiale/bureau régional Asie du Sud (IPPF) et Fonds des Nations Unies pour la population (FNUAP). **Integrating HIV Voluntary Counseling and Testing Services into Reproductive Health Settings : Stepwise Guidelines for Programme Planners, Managers and Service Providers.** Londres : IPPF/bureau régional Asie du Sud et FNUAP, 2004.

[http://www.unfpa.org/upload/lib\\_pub\\_file/245\\_filename\\_hiv\\_publication.pdf](http://www.unfpa.org/upload/lib_pub_file/245_filename_hiv_publication.pdf)

Ce rapport de 77 pages présentant les lignes directrices d'intégration des services CDV dans le contexte de la santé de la reproduction repose sur les expériences de quatre sites de projet qui ont piloté les services CDV dans des établissements existants de santé de la reproduction, deux en Inde et deux en Côte d'Ivoire. Le personnel et les clients de ces quatre établissements ont contribué à l'élaboration des lignes directrices. Ces dernières sont destinées à aider les planificateurs, les directeurs et les prestataires des services de santé de la reproduction à incorporer le CDV à leurs services.

McCauley A, Juma MA, Kirumira E, et al. **Attracting Youth to Voluntary Counseling and Testing Services in Uganda, Horizons Research Summary.** Washington, DC: Population Council, 2004.

<http://www.popcouncil.org/horizons/ressum/vctyth/vctythsum.html>

Ce rapport de huit pages communique les résultats d'un programme qui a établi des services de CDV conviviaux pour les jeunes, ainsi que d'une campagne de vulgarisation par les médias s'adressant aux jeunes. Le rapport mesure le succès de l'intervention.

McCauley AP. **Equitable Access to HIV Counseling and Testing for Youth in Developing Countries: A Review of Current Practice, Horizons Report.** Washington, DC: Population Council, 2004.

<http://www.popcouncil.org/pdfs/horizons/vctythrww.pdf>

Ce rapport de 18 pages examine les programmes de CDV à l'intention des jeunes partout dans le monde et formule des recommandations pour faciliter l'accès des jeunes à ces programmes dans les pays en développement.

Lignes directrices révisées pour le counseling et dépistage du VIH : examen par des experts techniques du guide des CDC pour le counseling, le dépistage du VIH et la référence vers les services appropriés. **MMWR Recommendations and Reports.** 9 novembre 2001 (RR) ; 1-58

<http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5019a1.htm>

Cette publication en ligne de 51 pages récapitule les conclusions du groupe d'experts des Centres des États-Unis pour le contrôle et la prévention des maladies (CDC) qui a révisé en 2001 les lignes directrices relatives au CDV. Cette publication contient des tableaux et diagrammes utiles sur les questions de counseling et dépistage du VIH.

Organisation mondiale de la Santé. **Rapid HIV Tests: Guidelines for Use in HIV Testing and Counselling Services in Resource-Constrained Settings.** Genève : Organisation mondiale de la Santé, 2004.

<http://www.who.int/hiv/pub/vct/en/rapidhivtests/en.pdf>

Ce rapport de 48 pages sur les lignes directrices de l'OMS, réalisé avec la collaboration des Centres des États-Unis pour le contrôle et la prévention des maladies (CDC), est un outil de référence précieux sur l'évolution des

techniques de counseling et dépistage du VIH, les avantages des tests de dépistage rapide, les stratégies de dépistage et les considérations pratiques concernant les tests rapides, l'assurance de la qualité et, enfin, les protocoles et les listes des points à prendre en considération lors du counseling des clients séropositifs et séronégatifs.

**Youth-Friendly Services: An Annotated Web-Based Guide to Available Resources.** Arlington, VA: Family Health International/YouthNet, 2004.

<http://www.fhi.org/en/Youth/YouthNet/ProgramsAreas/YouthFriendlyServices/index.htm>

Ce guide sert de lien avec 16 ressources importantes, regroupées dans les catégories plaidoyer/planification, évaluation/mise en oeuvre, programmes de formation des prestataires, supports de travail et évaluation. CEDPA/Catalyst, EngenderHealth, YouthNet/Family Health International, PATH, Pathfinder et l'OMS ont rédigé ces ressources.

# Notes

### Mentions de source

*Richard Lord*

plat recto et plat verso,  
page de titre, pages de  
division pour les chapitres  
1, 2, 4, 5, 6 ; et pages 9, 11,  
12, 17, 21, 22, 26, 28, 31,  
33, 52, 57, 71, 80, 83, 85,  
87

*Giselle Carino*

page de division pour les  
ressources, page 19

*John Stanback*

page 34

*William Finger*

page 37

*Beth Robinson*

page de division pour le  
chapitre 4, page 39, 47, 69

*Stephanie Savariaud*

page de division pour le  
chapitre 3, page 61

*PhotoDisc*

page de division pour le  
chapitre 3, page 64



© 2006 par Family Health International

Family Health International  
YouthNet Program  
2101 Wilson Blvd, Suite 700  
Arlington, VA 22201 Etats-Unis  
703-516-9779 (téléphone)  
703-516-9781 (fax)

[www.fhi.org/youthnet](http://www.fhi.org/youthnet) (site Web)

