

# Le comportement préventif: Rôle de l'environnement et capacité d'adaptation

Armine Scherler

Groupe européen de recherches concertées en gérontologie

## 1.- Introduction.

Des sujets placés dans des situations similaires, ne font pas l'objet d'atteintes identiques dans leur santé, qu'il s'agisse de maladie ou plus particulièrement d'accidents. Différents facteurs entrent en considération à ce propos, parmi lesquels nous en retiendrons deux : l'environnement et les capacités individuelles d'adaptation.

## 2.- Analyse.

Les définitions en matière d'environnement sont nombreuses, selon P. Georges (1), il s'agit d'un milieu de vie et d'un système de contraintes, liées à l'évolution d'un milieu artificiel imposé.

Nous percevons l'environnement dans lequel nous nous situons, par rapport à nos besoins réels et fantasmés au niveau des contraintes dont il vient d'être question et par rapport à des risques existants ou projectifs. Rappelons que les contraintes les plus fréquentes en matière d'environnement se présentent lorsque des impératifs sociaux et économiques ne permettent pas d'envisager un choix professionnel personnel et par voie de conséquence, un mode de vie privée en relation avec les motivations du sujet.

Afin de maintenir un équilibre comportemental positif, un certain degré de connaissance de soi et de l'environnement dans lequel le sujet se situe est nécessaire. De l'analyse personnelle découle, en second lieu, un ensemble de décisions qui constitue ce qui peut être qualifié de comportement préventif; c'est-à-dire une attitude rationnelle positive n'ayant aucun rapport avec les réactions hypochondriaques que l'abondance d'une information anxiogène mal assimilée a tendance à favoriser.

## 3.- Définition du comportement préventif.

Le comportement préventif a pour but de développer et de maintenir un état général optimal en atténuant au maximum les effets des contraintes et des agressions en provenance du milieu de vie et du système relationnel; il fait partie du vécu quotidien sous forme d'attitudes pratiques, liées aux possibilités en matière de nutrition, de repos, de loisirs et d'entraînement physique, répartis selon les fréquences, les besoins et les capacités individuelles mais aussi et surtout par rapport à une attitude mentale que Selye (2) qualifie d'égoïsme altruiste, c'est-à-dire en faisant le meilleur usage d'une situation personnelle donnée tout en prenant garde de gratifier autrui.

## 4.- Niveau de contrainte et adaptation.

Il peut y avoir limitation du comportement préventif lorsque le degré de contrainte dépasse les capacités d'adaptation d'un sujet ne permettant plus à celui-ci d'avoir une conscience objective de la situation. A ce niveau le comportement préventif fait place à une perception globale négative du milieu qui entraîne l'apparition de réponses inadaptées et une attitude irrationnelle, sources fréquentes de troubles divers et d'accidents.

A titre d'exemple, l'introduction de l'horaire libre a atténué certaines contraintes au niveau professionnel; or, cette amélioration se trouve en partie annulée par le renforcement du contrôle de l'exécution du travail et le réexamen des postes de travail mis en place dans un grand nombre d'entreprises.

## 5.- Conclusions.

Le comportement préventif est axé sur une optique gratifiante. Il s'agit d'assurer le développement et la permanence d'un état de bien-être physique et mental. Au niveau individuel ce comportement peut être perturbé lorsque le degré des contraintes dépasse la capacité d'adaptation du sujet. Des perturbations peuvent également surgir d'une manière plus générale lorsque l'information sanitaire tend à devenir une source d'anxiété latente au sein du public.

## Zusammenfassung.

Das Präventiv-Verhalten hat als Ziel einen optimalen Allgemeinzustand zu erreichen.

Wenn das Ausmass des psychologischen und sozialen Zwanges die Anpassungsfähigkeit einer Person übersteigt, stellt man oft bei derselben eine global negative Einstellung zur menschlichen Gesellschaft und deren Umwelt fest welche ihrerseits den Ursprung zu verschiedenen Schwierigkeiten und Unfällen darstellt.

## Summary.

Preventive behavior : the role of the environment and the adaptational capacity.

Preventive behavior attempts to maintain an optimal general state. When the degree of psychological and social constraints exceed the adaptational capacities of a subject one discovers in that individual a negative global perception, essentially with regards to the environment that can instigate diverse problems and accidents.

## Littérature.

- (1) GEORGES, P. L'Environnement.- Paris, PUF, 1973. Coll. Q.S.J. no. 1450.
- (2) SELYE, H. Le Stress et la vie. - Paris, Gallimard, 1975.

## Adresse de l'auteur :

ARMINE SCHERLER, Groupe européen de recherches concertées en gérontologie, Alois-Fauquez 84

1018 - Lausanne.