

« Sans clope, je suis au top ! » : quand l'éducation par les pairs fait un tabac

L'éducation par les pairs suscite un intérêt croissant chez les acteurs de la prévention. C'est pourquoi nous avons testé cette méthode en prévention du tabagisme. Des élus du conseil départemental des jeunes de l'Hérault ont conçu, réalisé et évalué le projet « Sans clope, je suis au top ! ». En voici les principaux résultats.



Depuis 2001, le conseil général de l'Hérault, en partenariat avec la direction des services départementaux de l'Éducation nationale de l'Hérault, permet aux collégiens de 5^e et 4^e d'exercer des responsabilités d'élus juniors au conseil départemental des jeunes (CDJ)¹. L'élus junior est le relais auprès des jeunes de son collège et peut (de fait) devenir pair éducateur. L'éducation par les pairs est par définition l'éducation des enfants, jeunes ou adultes par d'autres personnes du même âge, ayant une histoire, une culture ou un statut social commun. L'éducation par les pairs part de l'hypothèse qu'on est plus susceptible d'écouter et de réagir à la sensibilisation si celle-ci est menée par ses pairs (1). Cette approche s'est développée au cours des dernières années sans qu'un fondement théorique puisse être toujours clairement identifié, même si certains chercheurs comme Céline Bellot et Jacinthe Rivard

proposent une synthèse de ces fondements théoriques (*lire l'article p. 18*) (2). Ainsi, par exemple, l'éducation par les pairs semble indiquée en prévention tabac (3). En Languedoc-Roussillon, l'âge d'initiation au tabac est de 13,5 ans (4) et l'influence des pairs dans l'initiation au tabac est majeure (5).

Descriptif du projet

Les quinze élus juniors de la commission Sport-Santé ont conçu, co-animé avec des professionnels, et organisé l'évaluation d'un projet de prévention du tabagisme. Selon leur propre observation, la prévention, pour être efficace, doit être choc et faire vivre des expériences. Dans cette optique, ils ont décidé d'élaborer trois outils : un film, des affiches et l'organisation d'une course (un cross). Pour réaliser le film, les jeunes ont imaginé l'histoire, élaboré le scénario, joué les personnages. Ils ont

bénéficié de l'aide de l'association Champ-Contrechamp. Validé par le médecin conseiller technique de l'inspecteur d'académie, ce film de dix minutes met en scène quatre jeunes : deux acceptent une cigarette et deux la refusent. Cette fiction est complétée par l'interview d'un patient atteint d'une broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO).

Les élus du conseil départemental des jeunes ont animé les séances de projection, aidés de professionnels de l'animation (conseil général) et de la santé (Souffle L'R, clinique du Souffle). Dans un collège, des patients ayant une BPCO sont venus témoigner. Chaque séance comportait la projection du film, un débat et un atelier éducatif : le test de paille². Les élus juniors ont également construit avec l'aide d'Epidaure³ un auto-questionnaire anonyme d'évaluation pour le public.

Au terme du mandat, un entretien collectif qualitatif a été réalisé auprès des pairs éducateurs. Ils ont présenté en assemblée plénière, co-présidée par le président du conseil général et l'inspecteur d'académie, leur action de prévention aux autres commissions. Le conseil général a distribué ce film, dès la rentrée 2011-2012, à tous les collèges de l'Hérault.

Résultats

Sur les trois outils que les élus du conseil départemental des jeunes souhaitaient développer, seul le film a pu être réalisé sur l'année scolaire 2011-2012. Sa réalisation a nécessité cinq demi-journées de travail. Notons que l'idée d'insérer au film le témoignage de patients malades n'a pas suscité, au

départ, l'unanimité des professionnels.

Trente-deux séances d'une heure ont été menées auprès de sept cents élèves de sept collèges⁴. Pour organiser ces séances, l'appui d'un encadrant a parfois été nécessaire afin d'aider l'élus junior. Durant le mandat, dix jeunes ont assuré leur mission de bout en bout, trois ont abandonné et deux ont dû partir à cause d'un changement de collège.

L'évaluation met en évidence leur plaisir d'avoir travaillé sur les étapes du projet. Spontanément, ils estiment que cela leur a permis de développer leurs compétences psychosociales (estime de soi, confiance en soi), leur capacité à travailler en groupe et à prendre la parole. Une évaluation a également été réalisée auprès de 321 élèves, soit un taux de réponse de 92 %. L'échantillon était constitué de 53 % d'élèves en 6^e, 47 % d'élèves en 5^e avec 51 % de garçons. Les élèves étaient majoritairement non fumeurs (87 %), même si 38 % s'étaient déjà vu proposer une cigarette

et que 45 % l'avaient acceptée. L'interview du patient dans le film a suscité des réactions. Il s'agit de l'élément qui a recueilli la plus forte adhésion (53 %) des élèves. Le débat a par ailleurs nécessité l'intervention des adultes car les pairs éducateurs manquaient de connaissances approfondies sur le sujet et de techniques d'animation. Les adultes étaient systématiquement présents pour que les pairs éducateurs ne soient pas seuls et donc en difficulté. Mais 42 % des élèves ont indiqué avoir préféré que ce soit des jeunes qui leur parlent du tabac. Certains trouvent plus facile de discuter avec eux, tandis que d'autres apprécient que les adultes aient plus d'expérience. Enfin, 75 % des élèves ont estimé que l'animation les aidera à dire « non » à la cigarette et 76 % ont estimé qu'elle leur donnait envie de conseiller à leur entourage d'éviter le tabac.

Conclusion

Ce projet montre la faisabilité d'une action d'éducation par les pairs en collège. La méthode est appréciée par les élèves et aurait un impact sur leurs capacités à résister aux pressions extérieures. Les pairs éducateurs, quant à eux, apprécient l'acquisition de compétences psychosociales utiles pour leur avenir. Ils estiment avoir développé leur sens de l'autonomie, des responsabilités et du travail en groupe. Les adultes ont été indispensables pour accompagner les jeunes dans la démarche de projet, l'animation des séances et la validation des

informations. Il s'agissait de professionnels provenant de secteurs différents (animation, sport, santé, prévention, éducation), et qui ont partagé leurs expériences et représentations avec les élus juniors. Suivre les idées des élus juniors leur a aussi permis de réfléchir sur l'évolution de leur propre pratique. Ces résultats renforcent l'idée qu'en impliquant toute la communauté éducative, dont les jeunes, on peut optimiser l'efficacité des actions de prévention (6).

Marie-Ève Huteau

Chargée de projets, tabacologue,

Epidaure – Pôle prévention
du CRLC Val d'Aurelle, Montpellier,

Adrien Granier

Éducateur sportif et animateur au CDJ,
Hérault Sport, conseil général de l'Hérault,

Aude Arino

Chargée de projets,
Comité régional des maladies respiratoires
de l'Hérault (Souffle L'R), Mireval,

Christine Davy-Aubertin

Médecin conseiller technique,
responsable départemental,
Direction des services départementaux
de l'Éducation nationale de l'Hérault,

Christian Bénézis

Conseiller général, vice-président
délégué à la santé, prévention, jeunesse,
au sport, loisirs, bien vieillir,
conseil général de l'Hérault,

Anne Stoebner-Delbarre

Médecin de Santé publique,
tabacologue, addictologue,
Epidaure – Pôle prévention
du CRLC Val d'Aurelle, Montpellier.

Remerciements

Nous remercions les élus juniors et leurs suppléants pour leur investissement : Talib Akkouch, Margaux Berlou, Moïse Bernard, Siham Boulali, Léa Brousse, Yaël CharDET, Périne Cœuret, Célia Delaforge, Ambre Deleris, Théo Egnell, Amin El Amrani, Marine Goutines, Thomas Hatchane, Abdelkader Kébir, Théo Mangiapan, Julie Miquel, Victor Nègre, Julien Pages, Gautier Pinard, Shane Santanastasio, Célia Segulier, Lucas Théron, Marine Thiebaut.

► Références bibliographiques

(1) Harden A., Weston R., Oakley A. A review of the effectiveness and appropriateness of peer-delivered health promotion interventions for young people. London : EPPI-Centre, 1999 : 179 p. En ligne : <http://eppi.ioe.ac.uk/cms/Default.aspx?tabid=255>

(2) Turner G., Shepherd J. A method in search of a theory: peer education and health promotion. *Health Education Research*, 1999, vol. 14, n° 2 : p. 235-247. En ligne : <http://her.oxfordjournals.org/content/14/2/235.abstract>

(3) Campbell R., Starkey F., Holliday J., Audrey S., Bloor M., Parry-Langdon N., et al. An informal school-based peer-led intervention for smoking prevention in adolescence (ASSIST): a cluster randomised trial. *Lancet*, 2008, vol. 371, n° 9624 : p. 1595-1602. En ligne :

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2387195/?tool=pubmed>

(4) Spilka S., Le Nèzet O., Laffiteau C., Legleye S. Analyse régionale Escapad 2008. OFDT, 2009. En ligne : http://www.ofdt.fr/BDD_len/ESCAPAD/2008_LANGUEDOC_ROUSSILLON.xhtml

(5) Birkui P., Youssi D., Osman M., Lepetit D., Arcival C., Rubal J., et al. Prédominance de l'influence du meilleur ami dans l'initiation au tabagisme des collégiens. *Alcoologie et Addictologie*, 2001, tome 23, n° 2 (suppl.) : p. 13S-17S.

(6) Carson K.V., Brinn M.P., Labiszewski N.A., Esterman A.J., Chang A.B., Smith B.J. Community interventions for preventing smoking in young people. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2011, vol. 7 : CD001291.

1. Le conseil départemental des jeunes (CDJ) permet aux jeunes élus de participer à la vie de leur collège, en découvrant l'activité politique et en expérimentant la mise en œuvre d'un projet. Chaque mandat a un fonctionnement et des thèmes de commissions qui lui sont propres. Pendant un mandat de deux ans, l'élus junior est le relais auprès des jeunes de son collège. Il bénéficie d'une formation initiale de trois jours. Puis, pendant son mandat, il participe à onze journées de commissions en réunions ou en assemblées plénières.

2. Le test de paille : non invasif et facile à réaliser, il permet une prise de conscience et un ressenti direct d'un manque d'oxygène sur sa respiration. Le matériel se compose : d'un pince-nez, d'un morceau de sparadrap troué en son milieu, de deux pailles de diamètre de 3 mm et 5 mm pour une longueur de 5 cm. La personne se pince le nez, place le sparadrap sur sa bouche et y introduit l'une des deux pailles. Puis, elle reste statique ou réalise des mouvements simples. Au bout de quelques instants, elle perçoit progressivement le manque de souffle. Les personnes qui réalisent ce test doivent être volontaires et ne pas éprouver de difficultés pour respirer. Utilisée dans le cadre de ce projet, l'idée était de permettre aux collégiens de faire le parallèle entre ce test et l'interview du patient atteint de BPCO.

3. Epidaure – Pôle prévention du CRLC Val d'Aurelle, Montpellier

4. Collège de Bédarieux, Bessan, Fabrègues, Ganges, Lodève, Montpellier (les Aguières), Saint-Chinian.