

AAP Général 2018 - prévention de l'Institut de Recherche en Santé Publique

I. Cadre théorique et Objectif du projet

I.1. Cadre théorique du projet

En France, la prévention des addictions n'a cessé d'évoluer. Si, à l'origine, elle se limitait à délivrer des connaissances sur les substances, les programmes modernes proposent des contenus plus variés. La littérature montre que les actions les plus efficaces sont celles délivrées en milieu scolaire par des enseignants ou intervenants formés (Song & Park, 2021), qui se concentrent sur l'acquisition et le développement des compétences psychosociales (Lee & Kim, 2017; Thomas et al., 2015). Ces compétences renvoient à la capacité d'un individu à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne (World Health Organization (WHO), 1997). Leur développement durant l'adolescence permet de réduire l'apparition de certains comportements à risque, telle que la consommation de substances psychoactives (Mangrulkar et al., 2001). Face à ces éléments de la littérature, ce projet a choisi de se reposer sur Unplugged, un programme européen regroupant chacun de ces critères d'efficacité en matière de prévention, et ayant déjà prouvé son efficacité.

Unplugged est un programme de prévention des conduites de consommation de substances en milieu scolaire à destination des adolescents âgés de 12 à 14 ans (Kreeft et al., 2009), se composant de 12 séances interactives fondées sur l'approche de l'influence sociale globale et sur le développement des compétences psychosociales. Son efficacité a été testée en Europe (Faggiano et al., 2010; Vigna-Taglianti et al., 2014; Vigna-Taglianti, 2015), dans certains pays du monde (Sanchez et al., 2016; Vigna-Taglianti et al., 2020), et récemment en France (Fédération addiction, 2018; Santé Publique France, 2019). Toutefois, malgré l'efficacité reconnue des programmes de prévention basés sur le développement des compétences psychosociales tel qu'Unplugged, des articles soulignent l'existence d'un décalage entre l'acquisition de ces compétences durant les programmes de prévention et leur mise en pratique en contexte d'influence par les pairs (Corte & Zucker, 2008). Le Centre Hospitalier Universitaire (CHU) de Clermont-Ferrand et le Laboratoire de Psychologie Sociale et Cognitive (LAPSCO) ont cherché à pallier ce décalage en proposant le projet Connais-Toi Toi-Même.

Connais-Toi Toi-Même est un programme de prévention en 13 séances, qui se compose des 12 séances du programme Unplugged et d'une séance additionnelle de développement de la connaissance de soi. La connaissance de soi renvoie à l'ensemble des étiquettes qu'un individu attribue à ses caractéristiques physiques, comportements, habiletés ou performances (Cadieux, 2003). La littérature montre qu'elle a une influence importante sur le comportement (Wheeler et al., 2007). Les adolescents ayant un concept de soi de consommateur, c'est-à-dire, se définissant comme fumeurs ou buveurs, risquent davantage de consommer ces substances (Lindgren et al., 2017). Dans ce contexte, inclure le développement de la connaissance de soi dans les actions de prévention paraît donc efficace et encouragé par la littérature (Comello, 2013). Par souci de cohérence, cette séance suit la même structure que les séances d'Unplugged. Le développement de la connaissance de soi se fait au travers de trois activités. La première est un brainstorming demandant aux adolescents ce qui les définit, afin de leur montrer qu'une multitude de choses peut les définir, et arriver au concept de valeur. Ensuite, les adolescents choisissent une personne qu'ils admirent (réelle ou fictive) et indiquent les valeurs positives que cette personne représente. Ils choisissent ensuite une valeur qu'ils aimeraient améliorer chez eux. Cet exercice permet aux adolescents de mettre des mots sur ce qui est important pour eux, leurs valeurs. Enfin, les adolescents se mettent par deux et chacun doit choisir deux valeurs qui définissent son partenaire en expliquant son choix. Cet exercice montre aux adolescents que les autres peuvent les voir différemment de la manière dont ils se voient eux-mêmes.

I.2. Objectif du projet

L'objectif de ce projet était de déterminer l'efficacité de l'inclusion d'une séance additionnelle développant la connaissance de soi au programme européen de prévention des conduites de consommation de substances, Unplugged. Afin de répondre à cet objectif, le programme Connais-Toi Toi-Même a été expérimenté auprès des collégiens français de la région Auvergne Rhône Alpes durant trois années scolaires consécutives.

II. Méthode

La méthodologie choisie a été la même durant les trois années d'expérimentation du projet.

II.1. Participants

Les participants au projet sont tous des adolescents en classe de 4^e, issus de collèges de la région Auvergne Rhône Alpes. Les établissements ont été recrutés sur la base du volontariat, et les adolescents ne pouvaient participer qu'avec un accord parental.

II.2. Procédure et matériel

Les adolescents ont participé aux séances d'Unplugged ou de CTTM dans leur établissement scolaire en demi-classe. Chaque séance était délivrée toutes les deux semaines par un intervenant formé.

Un questionnaire était complété en début et fin de d'année scolaire afin de mesurer l'efficacité de chaque programme. Les mesures effectuées comprenait tout d'abord une évaluation de la clarté du concept de soi (Brunot et al., 2015) afin de mesurer l'efficacité de la séance additionnelle proposée par CTTM. La différence d'efficacité entre les programmes Unplugged et CTTM a été mesurée à l'aide du Prototype Willingness model (Gerrard et al., 2008), qui envisage le comportement comme étant co-déterminé par l'intention comportementale et la volonté comportementale. Dans ce modèle, l'intention comportementale est déterminée par l'attitude, la norme perçue et le contrôle perçu, alors que la volonté comportementale est déterminée par la perception prototypique (favorabilité et similarité aux prototypes de consommateurs ou non consommateurs). Ce modèle offre ainsi une large vision sur l'efficacité d'un programme de prévention. Enfin des mesures additionnelles ont été incluses aux questionnaires de fin d'année des deux dernières années d'expérimentation. Ces mesures ont cherché à recueillir les impressions des adolescents sur leur participation aux programmes (impression d'avoir acquis des connaissances sur eux-mêmes et sur les substances, impression de changement de leur perception de soi, impression que les connaissances acquises les aideront à changer leur comportement de consommation).

II.3. Analyses

Les analyses ont été effectuées à l'aide de logiciels de traitement statistique (SPSS ou STATA). Les échelles de clarté du concept de soi, de favorabilité aux prototypes, de similarité directe et indirecte aux prototypes, de volonté de consommer et d'attitude, norme, contrôle et intention de consommer ont été effectuées à l'aide d'ANOVA à mesures répétées, prenant en compte l'effet du temps, du programme (Unplugged/CTTM) et du genre (Filles/Garçons). Des modèles linéaires généralisés mixtes avec fonction de lien logit ont permis de mesurer l'effet du temps, du programme (Unplugged/CTTM) et du genre (Filles/Garçons) sur le nombre d'expérimentateurs, de consommateurs annuels et de consommateurs récents de tabac, alcool et cannabis. L'effet des catégories socio-professionnelles (CSP-/CSP+) n'a été inclus que durant la deuxième année d'expérimentation. Une analyse de sensibilité a pris en compte l'effet collège.

III. Résultats principaux pour chaque année d'expérimentation du projet

III.1. Résultats principaux de la première année

La première année d'expérimentation s'est principalement concentrée sur la compatibilité de CTTM avec les contraintes des établissements scolaires, afin de s'assurer qu'il puisse être facilement intégré. L'évaluation de l'efficacité de CTTM n'a été qu'un objectif secondaire de cette expérimentation. La mise en place de CTTM durant l'année scolaire 2018-2019 a confirmé que ce programme s'intègre tout à fait au temps scolaire. Les résultats concernant l'efficacité du projet ont

mis en évidence un concept de soi plus clair chez les adolescents du programme CTTM. Cette observation, bien que relevant d'un effet principal et non d'une évolution temporelle, reste encourageante quant à l'efficacité de la séance additionnelle de CTTM.. De plus, un effet positif de CTTM a été relevé sur la perception des consommateurs typiques des garçons. En effet, après leur participation à CTTM, les garçons ont évalué plus favorablement le non-fumeur de cannabis typique, se sont estimés moins similaires au fumeur de tabac typique et plus différents du fumeur de tabac et du fumeur de cannabis typiques. Or la favorabilité et la similarité sont des prédicteurs de la volonté comportementale, qui influencent directement le comportement (Gerrard et al., 2008). Tendre vers une image plus favorable des prototypes de non-consommateurs et se sentir plus similaire à ces prototypes, ou à l'inverse avoir une image plus défavorable des prototypes de consommateurs et se sentir plus différent de ces prototypes, augmente la volonté à ne pas consommer, et diminue ainsi la probabilité de consommer. De son côté, Unplugged n'a agi favorablement que sur la similarité aux prototypes des filles. L'efficacité plus importante de CTTM auprès des garçons est également un point à souligner, étant donné la plus grande vulnérabilité des garçons face aux comportements de consommation (Spilka et al., 2019). Mais le faible nombre de participants, issus de seulement deux collèges, rend difficile la généralisation de ces résultats.

III.2. Résultats principaux de la deuxième année

La deuxième année d'expérimentation s'est étendue à une douzaine de collèges, impliquant plus de sept cents adolescents, afin de proposer une évaluation plus fiable de CTTM. La catégorie socio-professionnelle des collèges a également été ajoutée aux variables étudiées. Toutefois, l'arrivée de la pandémie de COVID-19 a interrompu le projet avant que toutes les séances n'aient été délivrées et le confinement à domicile qui en a résulté a engendré la perte de près de la moitié des participants lors du questionnaire transmis en fin d'année. Malgré ce contexte inédit, les résultats de l'évaluation de l'efficacité du projet ont mis en évidence que les adolescents ayant participé à CTTM se sont sentis moins différents du non-fumeur de cannabis typique, contrairement à ceux d'Unplugged. Des différences liées à certains facteurs comme le genre et le milieu social ont aussi été observées, avec une plus grande efficacité de CTTM auprès des garçons et des adolescents les moins favorisés. Les garçons ont en effet connu une amélioration de la clarté de leur concept de soi, une diminution moins importante de leur similarité au non-fumeur de tabac et non-buveur typiques, et une augmentation de leur intention de ne pas consommer de cannabis après avoir participé à CTTM. Ces résultats concordent avec ceux observés lors de la première année d'expérimentation, avec une efficacité de CTTM plus accrue auprès des garçons qui semble se confirmer. Notons également que l'amélioration de la clarté de leur concept de soi souligne l'efficacité de la séance proposée par CTTM. Par ailleurs, il est apparu que les adolescents les moins favorisés ont diminué leur volonté de consommer de l'alcool, et augmenté leur contrôle à ne pas consommer d'alcool et leur intention à ne pas consommer de tabac et d'alcool, suite à leur participation à CTTM. Or l'intention et la volonté prédisent le comportement (Gerrard et al., 2008). Ces résultats suggèrent une moins grande probabilité de consommer à l'avenir pour ces adolescents. Ils ont aussi estimé que leur participation à CTTM les aiderait davantage à changer leur comportement de consommation vis-à-vis des différentes substances, ce qui appuie à nouveau la plus grande efficacité de CTTM auprès de ces adolescents. Au contraire, Unplugged a révélé une meilleure efficacité auprès des filles et des adolescents les plus favorisés sur ces mêmes dimensions. Bien que la littérature ait souligné l'effet bénéfique que pourrait apporter le développement de la connaissance de soi aux actions de prévention (Lindgren et al., 2017), cette efficacité accrue après des adolescents les moins favorisés est un résultat tout à fait inédit.

III.3. Résultats principaux de la troisième année

La troisième année d'expérimentation de CTTM a reconduit le programme durant l'année scolaire 2020-2021 afin d'en proposer une évaluation complète malgré le contexte persistant de pandémie. Le travail de développement de la connaissance de soi proposé par CTTM a été renforcé au travers d'exercices supplémentaires. Le nombre d'établissements ciblés a également été réduit afin de permettre un travail plus qualitatif au sein des établissements scolaires. Les résultats de cette dernière année d'expérimentation ont à nouveau mis en évidence un effet bénéfique de CTTM sur la perception des consommateurs typiques, avec l'adoption d'une image plus favorable du non-fumeur de tabac et du non-fumeur de cannabis typiques, d'une image moins favorable du buveur typique, et d'une moins grande similarité au fumeur de tabac et au buveur typiques, de la part des

adolescents de CTTM. Ces derniers ont également estimé que les connaissances acquises durant les séances de CTTM les aideront davantage à changer leur comportement vis-à-vis de leur consommation de tabac. Ces résultats dévoilent que les données favorables de CTTM observées uniquement chez les garçons lors des expérimentations précédentes se sont étendues à tous les adolescents de CTTM dans cette étude. Par ailleurs, nous avons relevé un effet plus bénéfique de CTTM chez les filles, qui ont estimé avoir acquis plus de contrôle sur leur consommation d'alcool et de cannabis, et plus de connaissances sur les substances psychoactives. Le travail plus approfondi de développement de la connaissance de soi proposé par cette étude semble avoir permis de combler la différence dans la clarté du concept de soi existant entre filles et garçons (Pinquart & Sörensen, 2001), ce qui pourrait expliquer que l'efficacité de CTTM se soit étendue à tous les adolescents, même aux filles qui jusqu'à présent ne semblaient pas réceptives à ce programme.

IV. Conclusion et perspectives

IV.1. Conclusion

Pour conclure, ce projet a mis en place et testé le projet Connais-Toi Toi-Même (CTTM), qui propose d'améliorer le programme de prévention des conduites de consommation de substances Unplugged grâce à l'ajout d'une séance additionnelle de développement de la connaissance de soi. Les résultats observés tout au long des trois années d'expérimentation du projet ont mis en évidence une différence notable d'efficacité entre CTTM et Unplugged. L'ajout d'une séance additionnelle de développement de la connaissance de soi a en effet agi favorablement sur la perception des consommateurs et non-consommateurs typiques des garçons, et sur la volonté et l'intention de consommer des adolescents les moins favorisés. Lorsque cette séance additionnelle est accompagnée d'un travail plus approfondi de la connaissance de soi, les résultats observés chez les garçons s'étendent également aux filles.

Ces résultats offrent la possibilité de délivrer des actions de prévention plus adaptées selon le genre ou le milieu social du public ciblé, par l'ajout d'un simple travail de développement de la connaissance de soi. Ce travail de thèse ouvre ainsi de nouvelles perspectives d'amélioration en matière de prévention des conduites de consommation de substances.

IV.2. Perspectives

À l'issue de ce projet, plusieurs limites, notamment liées au contexte de pandémie, ont pu être soulignées. Bien que rien ne puisse actuellement être fait en ce qui concerne ce contexte particulier, une expérimentation à plus grande échelle de CTTM, au-delà de la région Auvergne, pourrait déjà permettre de pallier la limite de généralisation des résultats. En effet, une perspective de recherche pourrait être la mise en place d'une évaluation au niveau national de CTTM, qui permettrait de recruter un plus large échantillon provenant de collèges de chaque région (de milieux urbains et ruraux) et comprenant un plus vaste panel d'adolescents (en particulier en ce qui concerne le milieu social). Une telle expérimentation offrirait une évaluation plus fine de CTTM et permettrait de s'assurer des différents résultats observés.

En ce qui concerne les perspectives appliquées pouvant découler de ce travail, une proposition d'amélioration de CTTM pourrait être une version abrégée du programme, qui ne comprendrait par exemple que six ou sept séances. En effet, bien que CTTM ait été très bien accueilli par les établissements scolaires et les élèves, tout comme Unplugged, son grand nombre de séances pourrait devenir une limite à sa diffusion. Bien que cela n'ait pas été mis en place dans le cadre de l'expérimentation de CTTM, l'objectif du programme Unplugged est de former les enseignants afin qu'ils puissent par la suite pérenniser le programme dans leur établissement. Or un programme trop long rend difficile son appropriation pour ceux devant l'animer (Blanc et al., 2021). Cette version abrégée du programme le rendrait ainsi plus accessible aux enseignants animateurs, et augmenterait ainsi ses chances de perdurer au sein des établissements scolaires.

Références

- Blanc, V., Dupayage, V., Ginoux, C., & Tessier, D. (2021). Effet du programme Unplugged : conduites addictives et compétences psychosociales des collégiens. Les Déjeuners Des Observations. <https://www.youtube.com/watch?v=8OJmLb5gtjQ&t=5359s>
- Brunot, S., Valéau, P., & Juhel, J. (2015). La clarté du concept de soi : validation d'une échelle de mesure en langue franc, aise. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 65(1), 143–153. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2015.04.001>
- Cadieux, A. (2003). Concept de soi et comportements en classe d'élèves vivant avec une déficience intellectuelle: Une étude longitudinale. *Revue Francophone de La Déficience Intellectuelle*, 14(2), 121–137. https://www.rfdi.org/wp-content/uploads/2013/05/CADIEUX_v14.pdf
- Comello, M. L. G. (2013). Activated self-concept as a mechanism underlying prevention message effects. *Media Psychology*, 16(2), 177–198. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/15213269.2012.742359>
- Corte, C., & Zucker, R. A. (2008). Self-Concept Disturbances: Cognitive Vulnerability for Early Drinking and Early Drunkenness in Adolescents at High Risk for Alcohol Problems. *Addictive Behaviors*, 33(10), 1282–1290. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2008.06.002>
- Faggiano, F., Vigna-Taglianti, F., Burkhart, G., & et al. (2010). The effectiveness of a school-based substance abuse prevention program: 18-month follow-up of the EU-Dap cluster randomized controlled trial. *Drug and Alcohol Dependence*, 108(1–2), 56–64. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2009.11.018>
- Fédération addiction. (2018). Projet « Unplugged » : Expérimentation nationale et déploiement en Nouvelle Aquitaine. <https://www.federationaddiction.fr/projet-unplugged-experimentation-nationale-et-deploiement-en-nouvelle-aquitaine/>
- Gerrard, M., Gibbons, F., Houlihan, A. F., Pomery, E. A., & Stock, M. L. (2008). A dual-process approach to health risk decision making: The prototype willingness model. *Developmental Review*, 28, 29–61. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2007.10.001> Gerrard M, Gibbons FX, Brody GH, M
- Kreeft, P. V. D., Wiborg, G., Galanti, M. R., Siliquini, R., Bohm, K., Scatigna, M., & EU-Dap Study Group. (2009). “Unplugged”: A New European school programme against substance abuse. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 16(2), 167–181. <https://doi.org/10.1080/09687630701731189>
- Lee, J. S., & Kim, H. (2017). Meta-analysis of effectiveness of smoking prevention program for elementary school students. *Korean Journal of Health Education and Promotion.*, 34(4), 99–110. <https://doi.org/https://doi.org/10.14367/kjhhep.2017.34.4.99>
- Lindgren, K. P., Neighbors, C., Gasser, M. L., Ramirez, J. J., & Cvencek, D. (2017). A review of implicit and explicit substance self-concept as a predictor of alcohol and tobacco use and misuse. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 43(3), 237–246. <https://doi.org/10.1080/00952990.2016.1229324>
- Mangrulkar, L., Whitman, C. V., & Posner, M. (2001). Life skills approach to child and adolescent healthy human development. Pan American Health Organization.
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2001). Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A meta-analysis. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56(4), 195–213. <https://doi.org/10.1093/geronb/56.4.P195>
- Sanchez, Z. M., Sanudo, A., Andreoni, S., & et al. (2016). Efficacy evaluation of the school program Unplugged for drug use prevention among Brazilian adolescents. *BMC Public Health*, 16(1206). <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3877-0>
- Santé Publique France. (2019). Résultats de l'évaluation du programme « UNPLUGGED » dans le Loiret. https://www.drogues.gouv.fr/sites/drogues.gouv.fr/files/atoms/files/rapport_programme_unplugged_mai_bat.pdf
- Song, R., & Park, M. (2021). Meta-analysis of the effects of smoking prevention programs for young adolescents. *Child Health Nursing Research*, 27(2), 95. <https://doi.org/https://doi.org/10.4094/chnr.2021.27.2.95>
- Spilka, S., Godeau, E., Le Nézet, O., Ehlinger, V., Janssen, E., Brissot, A., Philippon, A., & Chyderiotis, S. (2019). Usages d'alcool, de tabac et de cannabis chez les adolescents du secondaire en 2018. In *Tendances*. <https://eduscol.education.fr/document/13012/download>

- Thomas, R. E., McLellan, J., & Perera, R. (2015). Effectiveness of school-based smoking prevention curricula: systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, 5(3). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-006976>
- Vigna-Taglianti, F. D., Galanti, M. R., Burkhart, G., Caria, M. P., Vadrucci, S., & Faggiano, F. (2014). "Unplugged," a European School-Based Program for Substance Use Prevention among Adolescents: Overview of Results from the EU-Dap Trial. *New Directions for Youth Development*, 141, 67–82. <https://doi.org/doi:10.1002/yn.20087>
- Vigna-Taglianti, F. (2015). Implementing school prevention programs in Italy, Europe, and worldwide: the experience of the Unplugged program. *Best Practices in Smoking Prevention among Youths in Mediterranean Countries*. https://www.eudap.net/PDF/2015ISPO_Rome_Vigna-Taglianti_F.pdf
- Vigna-Taglianti, F., Emelurumonye, I. N., Donati, L., Alesina, M., Akanidomo, I., Pwajok, J., Prichard, G., van der Kreeft, P., Virk, U. K., & the Unplugged Nigeria Coordination Group. (2020). Results of process evaluation of the Unplugged school-based prevention program in Nigeria. *European Journal of Public Health*, 30(5). <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa165.1136>
- Wheeler, S. C., DeMarree, K. G., & Petty, R. E. (2007). Understanding the role of the self in prime-to-behavior effects: The active-self account. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 234–261. <https://doi.org/10.1177/1088868307302223>
- World Health Organization (WHO). (1997). Life skills education in schools. <https://doi.org/https://apps.who.int/iris/handle/10665/63552>