

# Prévenir la consommation tabagique dans les lycées : développer des actions de prévention menées par les jeunes

## Entretien avec

### Florence Cousson-Gélie,

professeur de psychologie de la santé, université Paul-Valéry Montpellier 3, directrice scientifique d'Épidaure, le département prévention de l'Institut du cancer de Montpellier (ICM).

*La Santé en action : Quels facteurs influent sur l'entrée des jeunes dans le tabagisme ?*

Florence Cousson-Gélie :

Les études scientifiques montrent que les jeunes ne sont pas tous égaux devant le tabagisme. Le milieu social des parents peut jouer un rôle qu'il n'est pas si simple d'appréhender, car il ne s'agit pas seulement du niveau socio-économique des familles, mais également de l'influence des représentations que la famille a vis-à-vis du tabac. En effet, on constate que les classes sociales défavorisées consomment davantage de tabac et que les jeunes issus de ces familles ont également tendance à fumer plus. Lorsque l'on va proposer des mesures pour lutter contre le tabagisme, il faut être attentif à ce qu'elles n'augmentent pas les inégalités sociales de santé. Par exemple, une mesure de prévention comme l'augmentation du prix du paquet a paradoxalement permis une

diminution de la consommation de tabac dans les classes sociales les plus favorisées. Pour les classes sociales les plus défavorisées, ce résultat a été moins observé. Des enquêtes sociologiques ont tenté d'expliquer ce résultat et il ressort que pour ces personnes, la cigarette est vue comme un des derniers « *petits plaisirs* », qu'on peut quand même s'offrir, car c'est une petite dépense au jour le jour. La famille a donc un rôle important dans la consommation de tabac chez les jeunes : vivre dans un environnement de fumeurs contribue à donner une représentation positive du tabac. Cette influence du milieu familial est plus marquée chez les plus jeunes, les 13-15 ans, et chez les filles. L'influence des pairs vient plutôt dans un second temps, autour de 15-16 ans et les filles y sont également plus sensibles. Des études ont aussi montré que nous ne sommes pas tous égaux non plus d'un point de vue génétique. La dépendance à la nicotine, substance rapidement addictive, varie d'un individu à l'autre. Les troubles psychiatriques (anxiété, déficit de l'attention, hyperactivité...) ont également été identifiés comme des facteurs de risque de l'entrée dans le tabagisme et de la consommation de tabac. L'état psychologique au moment de l'adolescence joue évidemment un rôle : quand on manque de confiance en soi, fumer est vu comme un moyen de se donner de la prestance, de se réassurer. Et puis il y a aussi, dans certains cas, l'incitation à consommer, déployée par les cigarettiers et non contrariée par les pouvoirs publics : ainsi, en dépit de la loi Évin, la publicité et le marketing indirects, sous la forme de placement de produit – acheter un emplacement visuel, faire apparaître une actrice ou

un acteur en train de fumer et supposé en tirer plus de prestance et de style –, sont importants dans l'industrie du divertissement (films, série, jeux vidéo).

**S. A. : En quoi le programme de prévention du tabagisme par les pairs (P2P) consiste-t-il ?**

F. C.-G. : Épidaure, le département prévention de l'Institut du cancer de Montpellier, est un centre de prévention primaire<sup>1</sup>. En 2012, nous avons souhaité développer un nouveau programme de prévention du tabagisme en interrogeant les jeunes sur leurs souhaits en matière de prévention sur le sujet. Il est apparu qu'ils voulaient participer davantage et que les messages viennent moins des adultes. C'est pourquoi l'influence des pairs nous a semblé un point de départ intéressant pour construire ce programme. Celui-ci a été élaboré à partir d'un modèle en psychologie : la théorie du comportement planifié. En effet, l'initiation au tabac dépend d'un point-clé qui est la motivation. Et la motivation pour fumer repose sur les attitudes – évaluations positives ou négatives du tabac –, les normes subjectives – perceptions du comportement tabagique par l'entourage, perceptions de ce que l'entourage pense du tabac –, et le contrôle perçu – capacités perçues à ne pas consommer de tabac ou à limiter sa consommation de tabac. C'est sur ces variables que nous voulions que les pairs volontaires développent une action de prévention dans leur lycée, avec l'objectif de faire du tabac un produit moins positif (attitudes), de dé-normaliser le tabac (normes subjectives) et de développer la résistance au tabac (contrôle perçu) chez leurs camarades. Nous avons ciblé des lycées

## L'ESSENTIEL

► En région Occitanie, un programme de prévention du tabagisme – qui fait intervenir des jeunes pairs formés pour sensibiliser les autres – a permis de ne pas augmenter la prévalence du tabagisme quotidien dans le groupe ayant reçu l'intervention par les pairs. Après deux ans de projet, l'évaluation montre une différence significative de fumeurs quotidiens de 9,6 % entre les lycéens du groupe-intervention et les lycéens du groupe-témoin. Compte tenu de ses résultats encourageants, le programme a été étendu à deux autres régions. Florence Cousson-Gélie décrypte les motivations, les normes sociales, l'influence des pairs, du milieu familial dans l'entrée et la consommation de tabac. Par ailleurs, pour prévenir l'entrée des collégiens dans le tabagisme, il faut les aider à développer leurs compétences psychosociales : gagner en confiance, en estime de soi, savoir résister à la pression.

professionnels, car les élèves issus des classes défavorisés y sont davantage représentés. Les jeunes volontaires ont été contactés *via* la maison des lycéens, structure associative chapeauté par l'établissement, ou *via* le conseil de vie lycéenne. Ces pairs ont été accompagnés, pendant six séances de deux heures, par des professionnels de la prévention pour être formés et être en capacité d'intervenir dans leur établissement, de façon autonome. Certains ont collecté les mégots jetés pour dessiner la silhouette d'un mort dans la cour ; d'autres ont tourné une vidéo *Ma vie de merde avec le tabac* pour susciter le débat.

**S. A. : Quel bilan dressez-vous de cette action ?**

F. C.-G. : Après deux ans de projet, l'évaluation montre une différence significative – de 9,6 points de pourcentage – de fumeurs quotidiens entre les lycéens du groupe-intervention (sept lycées où le programme de prévention du tabagisme par les pairs – P2P a été mis en place) et les lycéens du groupe-témoin (huit lycées où aucune action n'a été mise en place) sur un échantillon de 1 573 lycéens [1]. En effet, dans les deux groupes, 31 % des élèves fumaient quotidiennement au début de l'opération. Deux ans plus tard, ils étaient 34 % dans le groupe-intervention et 43 % dans le groupe-témoin. L'action a ainsi permis de limiter la progression du tabagisme d'une façon significative. Au regard de ces premiers résultats, nous avons continué à proposer ce programme à d'autres régions comme l'Île-de-France et l'Auvergne – Rhône-Alpes. Sur les années 2018-2019 et 2019-2020, 30 lycées ont participé, dont 10 dans la Région parisienne et 15 en Occitanie. Nous avons notamment évalué les freins et les leviers dans la mise en place de ce programme et vérifié la fidélité des actions mises en œuvre sur le terrain.

**S. A. : Quels leviers et quels freins ont alors été identifiés ?**

F. C.-G. : L'implication de l'établissement dans l'action est un élément important, et notamment la mobilisation de l'infirmière scolaire et/ou du conseiller principal d'éducation (CPE). Le soutien institutionnel et financier de l'agence régionale de santé l'est également, même si le programme de formation des pairs n'est pas très coûteux. Enfin, nous

terminons le programme par une Journée des pairs, où ces derniers racontent leurs interventions et partagent leurs idées, et elle apparaît comme essentielle, en particulier pour relancer la deuxième année du programme. *A contrario*, nous avons effectivement constaté quelques freins, essentiellement dans le recrutement des pairs éducateurs. Il s'avère compliqué de faire de la place dans leur emploi du temps pour suivre la formation de douze heures et les lycéens sont parfois absents de l'établissement pour effectuer des stages.

**S. A. : Pourquoi ces résultats sont-ils encourageants, quand la science est réservée sur l'efficacité de la prévention par les pairs contre les addictions des jeunes ?**

F. C.-G. : Sur le plan international, la méta-analyse de McArthur en 2016 montre qu'il y a bien un effet de ces interventions sur le tabac, l'alcool et le cannabis. Toutefois, il reste à améliorer et à clarifier la qualité des études sur le plan méthodologique et sur les modalités du pair à pair. Notre programme P2P fonctionne, mais il est difficile de dire si c'est dû à l'implication des pairs ou au fait que l'intervention est ancrée sur un modèle théorique. En effet, l'intervention des pairs semble mieux fonctionner si elle cible bien les trois variables (attitudes, normes sociales et contrôle perçu).

**S. A. : Faut-il adopter différentes stratégies pour prévenir le tabagisme chez les jeunes ?**

F. C.-G. : Oui, car les influences sociale, familiale et psychologique n'interfèrent pas de la même manière auprès des collégiens et des lycéens. Parler trop tôt des méfaits du tabac peut avoir un effet inverse en termes de prévention. Pour les plus jeunes, il est préférable de ne pas viser spécifiquement le tabagisme, mais de proposer des programmes plus généraux sur la santé, et notamment autour du développement des compétences psychosociales : gagner en confiance, acquérir une estime de soi, savoir résister à la pression, etc. Cette capacité à résister peut être abordée de façon plus globale... Par exemple, en intégrant le harcèlement à l'école. Avec la Fédération Addiction, nous travaillons aussi en direction des familles : l'idée est de suggérer des règles d'éducation

par rapport aux addictions, en constituant des groupes parents – adolescents entre 12 et 16 ans. Avec les lycéens, il est possible de parler davantage du produit et de son marketing. Il s'agit de battre en brèche certaines idées : les lycéens se croient libres alors qu'ils sont dépendants de l'image véhiculée par l'industrie du divertissement ; ils ont également tendance à surestimer le nombre de fumeurs de leur classe d'âge, en pensant que tous les jeunes de leur âge fument, alors que ce n'est pas le cas. En revanche, il me paraît difficile d'adopter des stratégies différentes selon le sexe. Tout au plus, certains messages pourraient être accentués concernant les conséquences sur le physique (préserver des dents blanches, un joli teint...).

**S. A. : L'image du tabac est-elle en train de changer auprès des jeunes ?**

F. C.-G. : On observe que la consommation baisse parmi les 12-16 ans. Il y a une forme de dé-normalisation du tabac. Les jeunes deviennent plus conscients de sa dangerosité et de son côté addictif. Pour autant, ils sont toujours tentés d'essayer. Dans l'enquête que nous avons menée en 2012, certains ont exprimé l'idée que soit inventé un « vaccin » pour qu'ils puissent continuer de fumer et de boire sans tomber malades ! C'est pourquoi le dispositif P2P n'est pas un programme qui vise l'arrêt du tabac, mais dont l'objectif premier est d'en freiner la consommation quotidienne. ■

Propos recueillis par Nathalie Quéruel, journaliste.

1. La prévention primaire consiste à réduire ou à diminuer les cancers évitables par une modification des comportements individuels et des mesures de prévention plus efficaces.

**RÉFÉRENCE BIBLIOGRAPHIQUE**

[1] Cousson-Gélie F., Lareyre O., Marguerite M., Pailart J., Stoebner A. Effects of P2P, a Theory of Planned Behaviour-based program against tobacco realised by a cohort of students in vocational schools. *Psychology*, 2016, vol. 25, SP. S3 : p. 20-21.