

Des élèves ambassadeurs pour un usage responsable

Entretien avec Stephanie Eckhardt,
responsable de l'unité Prévention des addictions,
Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG),
Allemagne.

*La Santé en action : Dans quel contexte
le projet Pilotes du Net a-t-il été lancé ?*

Stephanie Eckhardt : Presque tous les jeunes possèdent leur téléphone portable et peuvent être en ligne 24 heures sur 24. L'intelligence artificielle et les *chatbots*¹ influencent de plus en plus les interactions sociales. Les problèmes liés aux usages numériques augmentent à l'adolescence. Déjà en 2015, une de nos études identifiait chez 6 % des 12-19 ans des mésusages numériques [1]. Il est donc plus que jamais important de disposer d'approches de prévention validées contre les addictions des jeunes. L'objectif de la campagne de prévention nationale *Aller sur Internet*, du Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)², est d'améliorer l'usage et les compétences numériques des élèves âgés de 12 à 18 ans. Le projet Pilotes du Net³ en est une composante et repose sur l'intervention des pairs dans les établissements scolaires de tous types – de la sixième à la terminale.

S. A. : En quoi consiste-t-il ?

S. E. : Dans chaque établissement, une vingtaine d'élèves volontaires âgés entre 14 et 18 ans bénéficient d'une formation de plusieurs jours sur les impacts sanitaires négatifs d'une consommation excessive de médias numériques (notamment Internet et les jeux en ligne), sur les règles soutenant un usage raisonné et sur l'existence de programmes d'aide (ligne d'écoute, associations locales, brochures, etc.). Forts de ces connaissances, ils organisent des ateliers pour les élèves plus jeunes et sont disponibles pour répondre à leurs questions. Outre la sensibilisation aux risques, le programme invite chacun à réfléchir à son propre usage des médias numériques afin d'augmenter l'efficacité personnelle dans la gestion de l'utilisation des écrans. Cette approche de pair à pair permet de transmettre les messages de prévention des addictions d'égal à égal : le vécu authentique renforce leur crédibilité, l'emploi d'un même vocabulaire contribue à une meilleure écoute et un

climat de confiance est créé en dehors de tout jugement par les adultes. Cette intervention s'inscrit dans l'offre globale d'interventions du BIÖG pour accompagner les jeunes dans leur apprentissage d'une utilisation éclairée des médias numériques – règles négociées pour une gestion des écrans dans le contexte scolaire et familial, activités alternatives à l'usage des écrans pouvant être proposés par les adultes.

*S. A. : Qu'en pensent les élèves
et les enseignants ?*

S. E. : Réalisée par l'Institut für Therapie und Gesundheitsforschung⁴, l'évaluation des processus du programme [1] révèle un jugement globalement positif. Presque tous les enseignants, travailleurs sociaux, éducateurs scolaires, pédagogues ont estimé le projet « très bon » ou « bon ». Les jeunes lui ont attribué une note moyenne de 1,9 – sur une échelle allant de 1 (la meilleure) à 6 (la plus mauvaise). L'approche de pair à pair, le classeur Pilotes du Net réunissant les supports d'intervention et la pertinence du sujet ont été particulièrement appréciés. Les contraintes d'organisation et le manque de personnel dans les établissements sont en revanche considérés comme des freins majeurs. La force du projet apparaît dans les résultats : les élèves qui en ont bénéficié disposaient de davantage de connaissances sur les conséquences d'un usage problématique des médias numériques et sur ses risques.

S. A. : Le programme va-t-il évoluer ?

S. E. : D'ici la fin de l'année 2026, l'ensemble du matériel sera entièrement actualisé pour tenir compte des évolutions technologiques dont l'intelligence artificielle, fournir les données les plus récentes et intégrer les impacts de la pandémie sur les modes de consommation. Cette actualisation prend également en compte les enseignements de l'évaluation de processus. Réalisée en collaboration avec l'institut en charge des questions liées aux addictions du Land de Schleswig-Holstein, elle sera ensuite mise en œuvre dans toute l'Allemagne dans le cadre de la formation professionnelle. Les établissements scolaires peuvent mettre en œuvre le projet en autonomie, comme aupa-

L'ESSENTIEL

► Pour lutter contre les addictions numériques des jeunes, le Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)² a lancé le projet Pilotes du Net. Intégré à sa campagne nationale *Aller sur Internet*, ce programme – déployé au collège et au lycée – forme des élèves de 14 à 18 ans pour qu'ils sensibilisent leurs camarades à une utilisation raisonnée des médias numériques.

ravant, et former de nouveaux Pilotes du Net en utilisant une offre de prévention gratuite et de qualité garantie. ■

Propos recueillis par Dagmar Soleymani,
chargée d'expertise.

1. Logiciel qui simule le dialogue en langage naturel avec l'utilisateur (NDLR).

2. Institut fédéral de santé publique.

3. En ligne : www.ins-netz-gehen.de/net-piloten/

4. Institut de recherche thérapeutique et sanitaire.



Cet article est sous licence internationale Creative Commons Attribution 4.0, qui autorise sans restrictions l'utilisation, la diffusion, et la reproduction sur quelque support que ce soit, sous réserve de citation correcte de la publication originale.

RÉFÉRENCE BIBLIOGRAPHIQUE

[1] Hansen J., Janssen J., Hanewinkel R., Goecke M., Morgenstern M. Net-Piloten in der Praxis: Ergebnisse der Prozessevaluation eines schulbasierten Präventionsprogramms zur Vermeidung des exzessiven Computerspiel- und Internetgebrauchs im Jugendalter. *Prävention und Gesundheitsförderung*, 2021, vol. 16, n° 3 : p. 256-262. En ligne : <https://doi.org/10.1007/s11553-020-00808-7>