

**Collège Marcel AYMÉ, St Florentin**  
**Programme de Prévention**  
**UNPLUGGED – Année 1**



**Année scolaire 2019- 2020**

**Réalisation du rapport par :**  
**Ménana HADDAD – Chargée de projets prévention 89**  
**Tab'agir**

## SOMMAIRE

1.	Introduction.....	1
1.1.	Contexte actuel.....	1
1.2.	Qu'est-ce Unplugged ? .....	1
1.3.	Déploiement sur le territoire Français .....	2
1.4.	Mise en place dans les départements Yonne et Nièvre par Tab'agir.....	3
2.	Lancement du programme.....	4
3.	Evaluation du programme.....	4
3.1.	Questionnaires d'évaluation de Santé Publique France .....	4
3.1.1.	Questionnaire d'évaluation de fin de séance .....	4
3.1.2.	Questionnaire d'évaluation de fin de programme .....	6
3.2.	Retour d'expériences des référents de l'établissement .....	7
3.3.	Questionnaire d'évaluation à destination des jeunes.....	9
4.	Bilan global du projet .....	15
5.	Conclusion .....	16
	Annexes .....	17

# 1. Introduction

## 1.1. Contexte actuel

Les consommations de tabac, d'alcool et de cannabis sont fréquentes chez les jeunes français. L'expérimentation de ces produits s'initie généralement au cours du collège. L'enquête EnCLASS réalisée en 2018 montre une baisse des consommations par rapport à 2014. En effet, chez les collégiens, l'expérimentation de tabac a diminué de 27,8% en 2014 à 21,2% en 2018. Il en est de même pour la première ivresse qui est passé de 13,4% à 9,3%. Le constat est identique pour l'expérimentation de cannabis qui a reculé de 9,8% à 6,7% en 4 ans. Des efforts restent à fournir afin que ces chiffres diminuent encore.

Pour aider les jeunes à faire face à l'entrée dans les conduites addictives, le renforcement des Compétences PsychoSociales (CPS) est primordial comme le préconise le référentiel d'intervention régional partagé « Prévenir les addictions auprès des jeunes ». L'efficacité des programmes fondés sur le renforcement des CPS a été prouvée. Ils permettent de protéger les jeunes de la consommation ultérieure de produits psychoactifs, les rendent acteurs de leur santé et ont également des effets positifs sur la réussite scolaire, l'estime de soi, ... Les programmes à déployer sont ceux dits probants c'est-à-dire étant reconnu et efficace. Parmi ceux-ci se trouve le programme Unplugged.

Ces programmes doivent, dans la mesure du possible, s'inscrire dans les Comités d'Education à la Santé et à la Citoyenneté (CESC) des établissements concernés ainsi que dans leurs projets éducatifs.

## 1.2. Qu'est-ce Unplugged ?

C'est un programme de prévention universel des conduites addictives en milieu scolaire, utilisant des méthodes interactives et basé sur le développement des Compétences PsychoSociales (CPS).

Évalué dans 8 pays d'Europe, Unplugged est composé de 12 séances de 50 minutes, dont trois orientées sur les substances psychoactives et sont animées au cours de 12 semaines consécutives.

C'est un programme :

- « *structuré, adoptant une stratégie d'intervention basée sur :*
  - *le développement des compétences psychosociales (notamment la capacité de résistance à la pression des pairs),*
  - *la correction des croyances normatives (en particulier la correction de la surestimation de la consommation des amis et des pairs du même âge),*
  - *l'amélioration des connaissances sur les produits et leurs effets avec un cadrage sur les effets à court terme,*
- *délivré en classe par un enseignant préalablement formé,*
- *incluant 3 séances à destination des parents »<sup>1</sup>.*

---

<sup>1</sup> Études et enquêtes résultats de l'évaluation du programme « Unplugged » dans le Loiret, Projet de l'Association pour l'écoute et l'accueil en addictologie et toxicomanies (APLEAT Orléans), évalué en 2016-2017 par Santé publique France (Mai 2019)

Il est déployé en France depuis 2013, et a débuté dans le département de la Saône et Loire avec KAIRN 71 auprès de 4 classes. Étendu ensuite dans d'autres départements, il a été évalué en 2017 dans le Loiret par Santé Public France.

Les résultats de cette enquête<sup>2</sup> ont démontré :

- une efficacité à court terme concernant la diminution des expérimentations et consommation récentes du tabac, de l'alcool et du cannabis,
- « *un effet bénéfique sur les déterminants psychosociaux ciblés par les activités du programme (attitudes relatives aux drogues illicites, compétences psychosociales - notamment capacité à résister à la pression des pairs, consommation perçue des pairs),*
- *une amélioration du climat scolaire perçue par les élèves.* »

Les 12 séances du programme sont coanimées par un professionnel de la prévention en addiction et un membre de l'équipe éducative du collège.

La Fédération Addiction dispense des formations pour les professionnels des établissements scolaires sur une durée de 2 jours. Dans l'idéal, le nombre de personnes à former est égal au nombre de classes recevant le programme.

Après la première année de coanimation, ces derniers seront amenés à gagner en autonomie dans la mise-en-œuvre du programme. A terme, ils pourront animer la plupart des séances de façon indépendante. Pour cela, la chargée de projets prévention Tab'agir coanimera :

- En année 1, toutes les séances ;
- En année 2, 9 séances ;
- En année 3, 6 séances ;
- En année 4, 3 séances.

Les trois séances spécifiques « conduites addictives » seront toujours coanimées avec un professionnel de la prévention

### 1.3. Déploiement sur le territoire Français

La Fédération Addiction a souhaité déployer le programme Unplugged sur l'ensemble du territoire français.

Pour cela, l'INCA<sup>3</sup> a soutenu l'initiative et a lancé, en décembre 2018, un appel à projet auprès de l'ensemble des structures spécialisé en addictologie réalisant des actions de prévention en milieu scolaire. Tab'agir a été retenue pour implanter le programme dans les départements de l'Yonne et de la Nièvre.

La Fédération Addiction reste présente tout au long du déroulement du projet. Les chargés de projets prévention bénéficient de 2 supervisions au niveau national. Ces moments permettent d'échanger sur les pratiques de chacun des professionnels déployant Unplugged, sur les problèmes ayant pu être rencontrés et de trouver des pistes pour y répondre.

---

<sup>2</sup> <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/resultats-de-l-evaluation-du-programme-unplugged-dans-le-loiret>

<sup>3</sup> Institut National du Cancer

#### 1.4. Mise en place dans les départements Yonne et Nièvre par Tab'agir

Les deux chargés de projets prévention Tab'agir ont participé en mars 2019, avec d'autres professionnels de prévention des conduites addictives, à une formation de 3 jours dispensées par la Fédération Addiction. Cette dernière est présente tout au long du déroulement du programme, et organise des temps de supervision régionale afin d'échanger sur les pratiques des professionnels réalisant Unplugged et sur les problèmes qui ont pu être rencontrés.

Pour cette première année, un collège dans chaque département (89/58) a pu profiter du projet. Le public concerné par le projet est le niveau 6<sup>e</sup>.

Les professionnels volontaires de ces établissements ont pu être formés durant deux jours à Unplugged pour être fin prêt à co-animer les séances avec les chargés de projets prévention.

Dans le département de l'Yonne, ce sont les 6 classes de 6<sup>e</sup> du **collège Marcel Aymé de Saint Florentin** qui ont bénéficié du programme, soit 147 élèves.

Pour cela, 7 professionnels de l'établissement ont été formés par la Fédération Addiction : l'infirmière scolaire, une conseillère principale d'éducation, la professeure documentaliste, deux professeures de sciences et vie de la terre, un professeur d'éducation physique et sportive et un professeur de mathématiques.

## 2. Lancement du programme

Le choix de l'établissement a été proposé par la Délégation Départementale de l'Agence Régionale de Santé de l'Yonne et par l'Infirmière Conseillère Technique de l'Éducation Nationale du département.

Les débuts du programme ont été quelques peu compliqués. En effet, Unplugged est un programme conséquent (12 séances de 50 minutes pour toutes les classes de 6<sup>e</sup>) demandant un engagement important de l'établissement. Les difficultés se sont centrées principalement au niveau du recrutement des professionnels volontaires (temps de recrutement trop court) et de l'articulation des agendas entre les professeurs, les élèves et la chargée de projets Tab'agir.

L'investissement de la direction du collège et des professionnels volontaires a permis de pallier à l'ensemble des difficultés.

Une fois les dates d'interventions fixées, chaque semaine une rencontre entre les professionnels et la chargées de projets avait lieu afin de préparer la séance suivante. Pour cela, un « livret intervenant »<sup>4</sup> leur a été donné, dans lequel les séances sont décrites.

Les élèves ont également reçu un « livret élève »<sup>5</sup>, celui-ci reprend les éléments importants évoqués et doit être complété à l'issue de chaque séance. Toutefois, par manque de temps, ce dernier n'a pas pu être complété à chacune des séances.

La priorité dans ces temps-là, était de terminer les activités principales et de mettre l'accent sur les objectifs de celles-ci.

## 3. Evaluation du programme

### 3.1. Questionnaires d'évaluation de Santé Publique France

#### 3.1.1. Questionnaire d'évaluation de fin de séance

Après chaque séance, les co-animateurs (un professionnel de l'établissement formé et la chargée de projet Tab'agir) ont rempli un questionnaire d'évaluation en ligne, construit par Santé Publique France.

Les résultats n'ont pas pu être extraits et communiqués dans l'immédiat aux intervenants de prévention. Afin d'y remédier et de garder une trace des données saisies, la chargée de projet Tab'agir a réalisé des « captures d'écran » dès la 4<sup>e</sup> séance.

Les 12 séances comportent entre 4 et 7 activités pédagogiques :

- Une 1<sup>ère</sup> partie introductive,
- S'en suit une activité énergisante,
- Une ou plusieurs activités principales,

---

<sup>4</sup> Document réalisé par la Fédération Addiction (Pilote du programme au niveau Nationale) avec l'aide des développeurs Unplugged et de l'Inspection Académique

<sup>5</sup> Ibid

- Et enfin une conclusion et/ou une partie « réflexion personnelle » à l'aide du livret élève.

Dans le questionnaire, il est demandé si les activités pédagogiques étaient entièrement réalisées, partiellement ou non réalisées.

Une présentation synthétique des séances est en annexe 1.

Voici les retours de l'ensemble des questionnaires en ligne par classe :

#### Nombre d'activités réalisées lors des séances (S)

Classe	Effectif	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12
6 <sup>e</sup> 1	24	5/6	6/6	4/4	5/7	2,5/4	Séance remplacée par une activité pédagogique de cohésion de groupe : la tour de Fröbel	3,5/5	5,5/7	5/6
6 <sup>e</sup> 2	24	5/6	6/6	4/4	5/7	2,5/4		3,5/5	5,5/7	5/6
6 <sup>e</sup> 3	25	5,5/6	6/6	4/4	6,5/7	4/4		4/5	5,5/7	5,5/6
6 <sup>e</sup> 4	24	6/6	/	3,5/4	6,5/7	4/4		5/5	5,5/7	5,5/6
6 <sup>e</sup> 5	24	/	6/6	4/4	7/7	4/4		5/5	6,5/7	6/6
6 <sup>e</sup> 6	26	5,5/6	6/6	4/4	/	3,5/4		5/5	6/7	5,5/6

/= absence de données ; Y/Y = séance réalisée dans sa totalité

Les classes 6<sup>e</sup>1 et 6<sup>e</sup>2 ont été des classes parfois « compliquées » à gérer. Nous pouvons observer cela via les données obtenues dans le tableau, en comparaison avec les autres classes.

Dans l'ensemble, ce sont principalement les conclusions qui n'ont pas pu être réalisées et cela par manque de temps. En plus de la densité des classes et des séances, ce manque était généralement lié au temps passé à revenir sur « la charte<sup>6</sup> de classe » car bien souvent oublié par les jeunes.

Les séances 5 et 6 ont pu être réalisées, pour la majorité des classes, dans leur totalité.

La séance 8 (S8) « Briser la glace » permet de donner aux jeunes les éléments nécessaires pour aborder une personne. Ces derniers rencontrent parfois des difficultés à établir un premier contact et nouer les relations qu'ils souhaitent. Cette séance, à travers des jeux de rôle, leur permet d'imaginer les différentes situations dans lesquels ils peuvent être amenés à rencontrer une personne (à la cantine, dans un club sportif, à la plage...). Pas à pas, ils sont accompagnés pour réaliser un jeu de rôle à présenter devant la classe.

Cette activité a révélé, pour la majorité des classes, un manque de cohésion de groupe et de solidarité entre eux. Pour pallier à cela, une activité a été mise en place en séance 9 (S9) : la tour de Fröbel (annexe 2). Cet outil a permis de mettre en évidence ce qui ne fonctionnait pas correctement dans leur groupe classe et trouver des axes d'amélioration.

<sup>6</sup> Cette charte (règles de vie de classe) est réalisée lors de la toute première séance par les jeunes. Une fois finalisée et acceptée de tous, les élèves ainsi que les co-animateurs s'engagent à respecter cette dernière en la signant.

### 3.1.2. Questionnaire d'évaluation de fin de programme

A la fin du programme, un dernier questionnaire de conclusion, de Santé Publique France, a été rempli par les co-animateurs.

Pour cela, 5 points ont été abordés.

#### 1) Capacité des référents à animer seuls les séances :

Il a été demandé au référent de chaque classe, de dire sur quelles séances il se sentait d'animer seul.

Voici un tableau récapitulatif par référent et par séance :

	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12
Réf 6 <sup>e</sup> 1	X		X	X	X	X				X	X	X
Réf 6 <sup>e</sup> 2	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X
Réf 6 <sup>e</sup> 3	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X
Réf 6 <sup>e</sup> 4	Absence de données											
Réf 6 <sup>e</sup> 5	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X
Réf 6 <sup>e</sup> 6	X	X				X	X	X		X		X

Aucune donnée n'a été récupérée pour le référent de la classe 6<sup>e</sup>4.

Nous pouvons observer que l'ensemble des référents se sentent capable d'animer seul la séance 1 « Bienvenue dans Unplugged », la séance 6 « Exprime tes émotions », la séance 10 « La force est en nous » ainsi que la séance 12 « Unplugged awards ».

**Aucun des référents ne se sent capable d'animer seul la totalité des séances Unplugged.**

La séance 9 « Info/Intox » a été remplacée par « La Tour de Fröbel », de ce fait aucun référent ne se sent capable d'animer seul la séance.

#### 2) Animation d'une séance complémentaire :

Aucun référent n'a réalisé la séance optionnelle : séance 13 « Les écrans ».

#### 3) Probabilité de continuer Unplugged :

	Oui tout à fait	Oui c'est très probable	Oui c'est assez probable	Non c'est peu probable
Référente 6 <sup>e</sup> 1			X	
Référent 6 <sup>e</sup> 2	X			
Référente 6 <sup>e</sup> 3				X
Référent 6 <sup>e</sup> 4	Absence de données			
Référente 6 <sup>e</sup> 5	X			
Référente 6 <sup>e</sup> 6		X		

Pour la référente 6<sup>e</sup>3, il lui semble peu probable de continuer Unplugged l'année prochaine car son contrat se termine à la fin de l'année scolaire 2019-2020.

#### 4) Amélioration des relations entre les élèves :

L'ensemble des référents ayant répondu au questionnaire a observé une **amélioration des relations entre les élèves à la suite du programme Unplugged** :

- Trois référents ont répondu « oui, un peu » d'amélioration,
- Et deux autres « oui, assez » d'amélioration.

### 5) Amélioration des relations entre les élèves et l'équipe éducative :

Sur l'ensemble des référents, quatre sur cinq trouvent qu'il y a eu des améliorations entre les élèves et l'équipe éducative (trois référents estiment qu'il y a eu « un peu » d'amélioration dans ces relations tandis qu'une personne estime qu'il y a eu « beaucoup » d'amélioration). Un seul référent trouve qu'il n'y a pas eu du tout d'amélioration relationnel.

### 3.2. Retour d'expériences des référents de l'établissement

Un questionnaire, réalisée par la chargée de projet Tab'agir, a été envoyé par mail à chaque co-animateur ainsi qu'à la direction afin d'avoir un retour de leur expérience avec le programme Unplugged.

Cinq personnes sur huit contactées ont répondu.

Voici la trame des questions qui le compose :

- 1) Comment avez-vous vécu la formation en octobre dernier ?
- 2) Quel est votre avis concernant les séances que vous avez pu animer ? Y a-t-il des choses pour vous que vous souhaiteriez modifier/améliorer ?
- 3) Votre relation avec les élèves a-t-elle évoluée ?
- 4) Avez-vous eu des retours positifs ou non du comportement des élèves classe de 6<sup>e</sup> ? (Professeurs, AED, CPE ?)
- 5) Comment avez-vous vécu l'expérience de la co-animation avec la chargée de projet prévention ? Y a-t-il des points à améliorer ?
- 6) Est-ce que cette expérience a fait évoluer vos relations avec les autres adultes formés Unplugged ?
- 7) Autre : si vous avez des commentaires supplémentaires, n'hésitez pas à les noter.

### Retour général :

Le programme Unplugged étant assez conséquent, sa mise en place au sein du collège de Saint-Florentin a semble-t-il était un peu stressante. Mettre en place des heures supplémentaires dans les emplois du temps des élèves n'est pas simple et peu générer des tensions des deux parties (élève et enseignant). Mais ce cadrage semble nécessaire pour le bon déroulement du projet sur toute l'année scolaire comme l'indique un membre de la direction : « *Ce programme apporte une réponse au risque d'éclatement des actions que l'on peut constater parfois, au cours de l'année, en l'absence d'un dispositif ambitieux et structurant de ce type* ».

Au niveau logistique, il semblerait plus pertinent selon une co-animatrice que chaque classe dispose de sa salle, même si malheureusement cela semble peu praticable dans la réalité, comme elle l'a pu l'évoquer : « *Le vrai problème ce sont les salles, il faudrait avoir une salle par classe pour laisser les affiches au mur etc mais bon on sait que ce n'est pas vraiment réaliste...* ».

La communication autour du projet pourrait être davantage étendu d'après la direction, cela dans le but de plus promouvoir l'action au sein de l'établissement : « *Je pense aussi qu'un certain rayonnement du programme doit être davantage assuré sur l'ensemble de l'établissement : affichages, actions ponctuelles, débats sur la pause méridienne... Il me semblerait important en effet que l'ensemble de l'établissement soit plus clairement informé*

du programme et sensibilisé à l'importance du développement des compétences psychosociales ».

L'idée de faire intervenir les jeunes auprès de leur camarade a aussi été évoquée : « Je pense que quelques élèves bénéficiaires du projet cette année pourraient, en tant qu'"ambassadeurs", venir dire quelques mots aux 6<sup>e</sup> de l'année prochaine pour présenter ce qu'ils ont vécu ».

1) Comment avez-vous vécu la formation en octobre dernier ?

La formation dispensée par la Fédération Addiction a été très appréciée par l'ensemble des co-animateurs de l'équipe éducative comme en témoigne ce verbatim : « La formation était extrêmement intéressante notamment les différentes techniques de regroupement qu'on a pu tester entre nous ainsi que les séances qu'on a pu animer entre nous. » ; « J'ai adoré la formation en octobre et faire partie de l'aventure était très formateur ! »

2) Quel est votre avis concernant les séances que vous avez pu animer ? Y a-t-il des choses pour vous que vous souhaiteriez modifier/améliorer ?

Le contenu du programme Unplugged semble intéressant, pertinent, cohérent et adapté aux élèves selon plusieurs personnes interrogées : « On sentait la majorité des élèves hyper impliqués et voulant bien faire ». Une co-animatrice a cependant évoqué le fait que la durée d'une heure par séance ne permettait pas de faire une conclusion comme il se doit. D'autre part, une proposition d'évaluation du projet a pu être émise par un co-animateur : « S'il y a de mon point de vue quelque chose à améliorer ce serait des exemples de jeux qui permettraient de manière cachée de faire le bilan des compétences qu'ils auraient pu acquérir ».

L'animation des séances a aussi été très appréciée des co-animateurs, notamment le fait de voir les élèves dans un autre contexte.

3) et 4) Votre relation avec les élèves a-t-elle évolué? Avez-vous eu des retours positifs ou non du comportement des élèves classe de 6<sup>e</sup> ? (Professeurs, AED, CPE ?)

La relation entre les élèves et co-animateur est, semble-t-il, mitigée selon les co-animateurs : « Ma relation avec les élèves a forcément évolué vu que je ne les avais pas du tout de base (enseignait auprès des 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup>) après ça n'a pas vraiment eu d'impact puisque je ne les voyais que dans la cours ... l'année prochaine je prends des 6<sup>e</sup> donc je pourrais vraiment voir la différence. » ou encore « Je n'ai pas trouvé que ma relation avec la classe ait changé ou était différente des autres classes ».

Cependant, des élèves d'une classe ont évoqué auprès de leur professeure principale les bienfaits du programme sur la cohésion au sein de la classe : « J'étais prof principale de la 6<sup>e</sup>X et eux m'ont clairement dit que cela avait vraiment amélioré les relations entre eux et qu'ils avaient appris à se connaître et à se trouver des points communs avec des camarades qui, à première vue, semblaient différents d'eux. ».

5) Comment avez-vous vécu l'expérience de la co-animation avec la chargée de projet ? Y a-t-il des points à améliorer ?

Au niveau de la co-animation avec la chargée de projet Tab'agir, l'ensemble des co-animateurs est satisfait du travail accompli ensemble. Il semble cependant important, selon deux co-animatrices, de réserver un créneau horaire pour la préparation des séances : « Peut-être qu'il faudrait un créneau défini pour préparer tous ensemble les séances ».

#### 6) Est-ce que cette expérience a fait évoluer vos relations avec les autres adultes formés Unplugged ?

Au sein de l'équipe co-animatrice de l'établissement, certains ont trouvé que le projet Unplugged avait eu un effet bénéfique sur leur relation avec leurs collègues, et une co-animatrice n'a pas vu de différence.

La direction semble cependant contente de voir que le projet est pu développer un sentiment d'appartenance : « *Les adultes formés à Unplugged ont développé un certain sentiment d'appartenance au projet. Il me semble qu'ils ont été soudés, tout au long de l'année. Je pense que ce projet leur a fait du bien* ».

L'année prochaine, trois co-animateurs ne pourront malheureusement pas poursuivre le programme. Cependant trois nouveaux membres de l'équipe éducative semblent partants pour se lancer dans l'aventure Unplugged : « *On a hâte de tous recommencer l'an prochain avec de nouveaux co-animateurs et de voir si le fait que 2 niveaux ont eu cette formation permet une évolution des comportements de nos élèves* ».

### 3.3. Questionnaire d'évaluation à destination des jeunes

Un questionnaire d'évaluation<sup>7</sup>, construit par Tab'agir, a été diffusé à la fin du programme à l'ensemble des classes ayant participé au programme Unplugged. L'objectif étant d'évaluer la satisfaction des jeunes et leur vécu par rapport au programme.

Le questionnaire est composé de 2 parties :

- 1) « Les Séances Unplugged » : les jeunes doivent indiquer pour chaque séance ce qu'ils ont retenu,
- 2) « On a besoin de toi pour améliorer le programme Unplugged » : les jeunes doivent faire un retour sur ce qu'ils ont aimé des séances, ce qu'ils pourraient utiliser par la suite et ce qui pourrait être amélioré dans le programme.

Sur l'ensemble des six classes de 6<sup>e</sup>, 76 élèves ont répondu au questionnaire, soit 51,70% des jeunes. Voici l'analyse des réponses.

#### 1<sup>ère</sup> partie « Les Séances Unplugged »

Voici ce que les jeunes ont retenu en majorité selon chaque séance :

##### Séance 1 : Bienvenue dans Unplugged



"Participer,  
s'écouter,  
s'entraider et  
se respecter"

"On devait dire  
des mots pour que  
la séance se passe  
bien"



<sup>7</sup> Un questionnaire papier. S'en est suivi le confinement, ce dernier a été réadapté en ligne par la professeure documentaliste et envoyé à chaque élève sur Pronote. Après plusieurs relances, 76 jeunes ont répondu sur 147.

## Séance 2 : Etre ou ne pas être dans un groupe

"On devait demander si on pouvait rejoindre le groupe : soit on accepte ou alors on refuse"



"Accepter les autres et s'entraider"



"Ne pas changer pour les autres"

## Séance 3 : Alcool, risques et protection

"Apprendre à dire non" / "Ne pas se faire influencer par les autres"

"Se protéger soi-même et les autres"

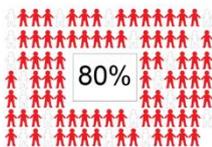


"Les risques de l'alcool et des drogues"

"C'est mieux d'éviter pour être en bonne santé et protéger les personnes qui nous entourent"

## Séance 4 : Et si c'était faux ?

"Connaitre les pourcentage des consommations d'alcool, de cannabis et de tabac"



"Il n'y a pas autant de jeunes qui consomment des drogues par rapport à ce que l'on pense"

## Séance 5 : Tabac, Chicha que sais-je ?

"Le tabac est une drogue"

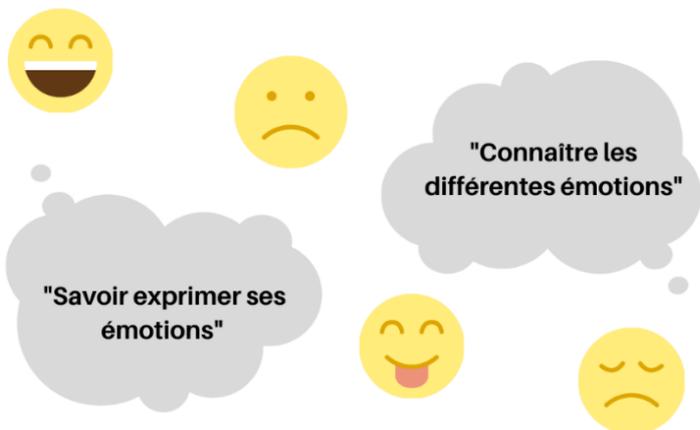


L'activité "Le Tribunal"



"Le tabac est dangereux pour la santé"

## Séance 6 : Exprime tes émotions



## Séance 7 : Etre en confiance, savoir dire non



## Séance 8 : Briser la glace



## Séance 9 : La Tour de Fröbel (en remplacement de « Info/Intox »)



## Séance 10 : La force est en nous



"Tout le monde peut être ce qu'il veut"; "On a tous (tes) des qualités, à nous de les trouver!"; "Apprendre sur les autres"

"Faire face aux moments difficiles : en parler à une personne"



## Séance 11 : Trouve des solutions

"Coopérer "



"Il faut trouver la solution au problème en passant par des étapes"

"Trouver des solutions à des problèmes de la vie de tous les jours"

"Réfléchir au problème et voir ce qui est le mieux"

## Séance 12 : Unplugged Awards

"Avoir l'esprit d'équipe"

"Faire descendre le bâton d'hélium à plusieurs"

"Il est important de se fixer des objectifs pour l'avenir"



## 2<sup>e</sup> partie « On a besoin de toi pour améliorer le programme Unplugged »

### Question 1 : Note ici, ce que tu as AIMÉ lors des séances ?

Voici une représentation des termes les plus employés pour indiquer ce que les jeunes du collège de Saint-Florentin ont le plus aimé lors des séances du programme Unplugged :



**Apprendre de nouvelles choses**



**Les activités de groupe**



**L'esprit d'équipe**

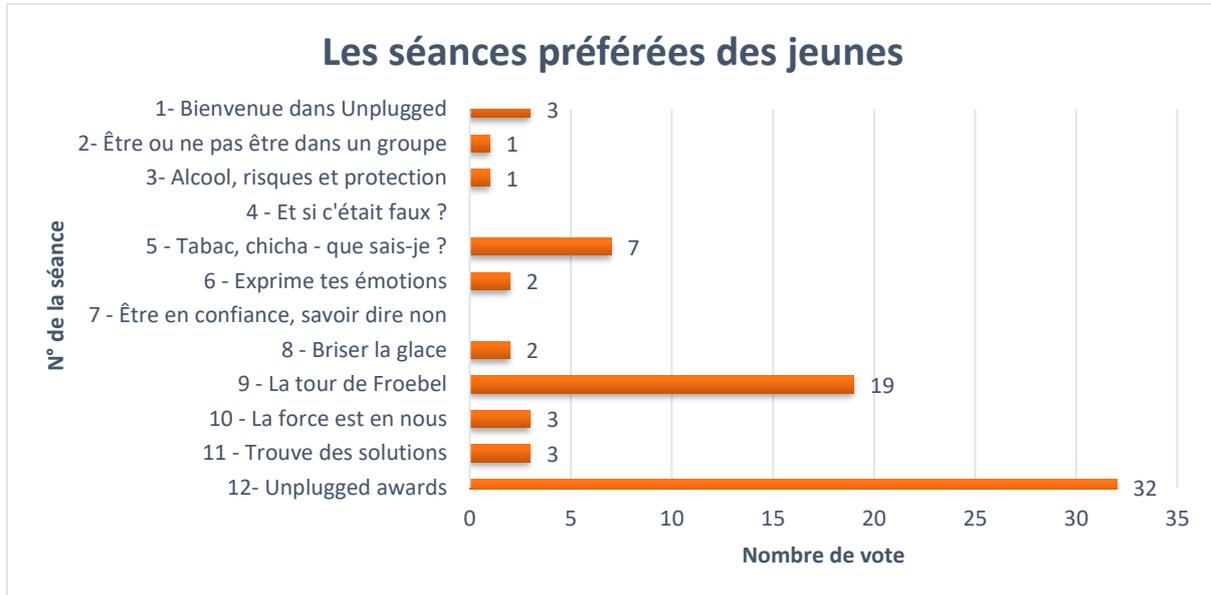


**Prendre confiance en soi**



**S'amuser**

### Question 2 : Quelle séance as-tu PRÉFÉRÉ ?



**Graphique N°1 : Représentation du nombre de votes par séances Unplugged préférées des jeunes du collège Saint-Florentin en 2020**

Il n'a pas été précisé dans le questionnaire de noter une seule séance, certains ont choisi plusieurs séances.

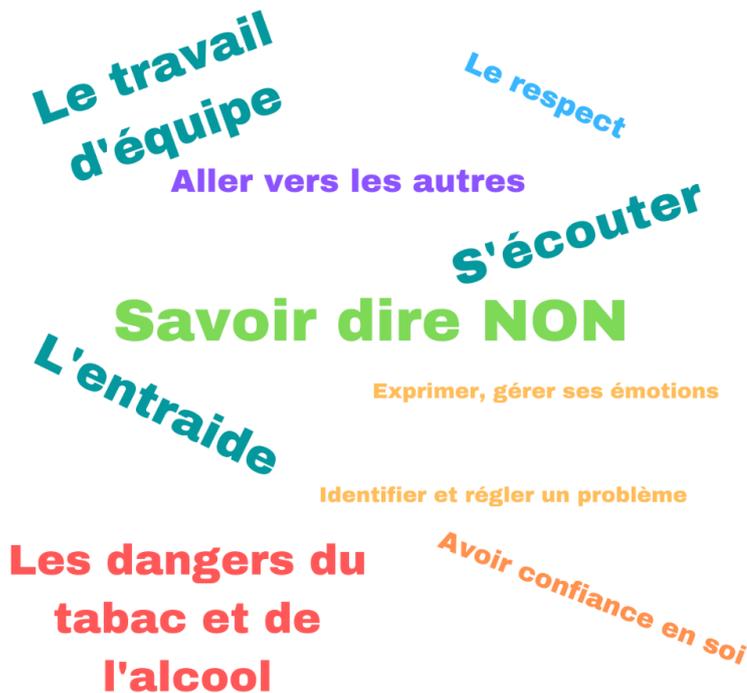
D'après le graphique, la séance préférée des jeunes est la 12<sup>e</sup> séance « Unplugged awards » avec 32 votes. Viens ensuite la séance 9 « La tour de Fröbel » ayant reçu 19 votes et enfin, en

3<sup>e</sup> position nous avons la séance 5 « Tabac, chicha – que sais-je ? » avec l'activité « Le tribunal » très appréciée par 7 jeunes.

Dans l'analyse des récoltes de données, nous avons pu également noter que 2 jeunes ont choisi différentes séances (entre 2 et 3) et 5 affirment les avoir toutes aimé.

#### Question 4 : Parmi ce que tu as appris, que pourrais-tu UTILISER par la suite ?

Voici les idées qui sont le plus ressorties pour cette question (plus l'idée est répétée, plus celle-ci apparaît en grand) :



« Savoir dire NON » est l'élément principal qui pourrait être utilisé par les jeunes suite au programme.

Vient ensuite « le travail d'équipe », « s'écouter » et « l'entraide » et enfin, en 3<sup>e</sup> position « les dangers du tabac et l'alcool ».

#### Question 5 : Note ici, ce qui, pour toi, pourrait être AMÉLIORÉ lors des séances Unplugged ?

Voici les idées qui sont le plus ressorties pour cette question (plus l'idée est répétée, plus celle-ci apparaît en grand) :



Pour les jeunes, le point à améliorer lors des séances Unplugged est le respect et l'écoute dans le groupe. En effet, « l'écoute » est l'un des points sur lequel les co-animateurs ont essayé de travailler tout au long du projet auprès de l'ensemble des classes. Ce point peut être associé avec l'item « Plus de calme ».

## Question 6 : Exprime-toi de façon libre, sur la manière dont tu as vécu l'expérience Unplugged.

Quelques phrases exprimant le vécu des jeunes :

"J'ai aimé les thèmes abordés qui touchent notre société. On a pu en discuter librement sans tabou"

"Pour moi Unplugged, c'est comme un avertissement des dangers de la vie"

"De la joie et se réunir en groupe, c'est ça qui m'a le plus plu"

"Je trouve ça utile pour la suite de l'année scolaire et pour le reste de notre vie"

"J'ai réussi à prendre confiance en moi et je suis fière "

"C'était vraiment très bien, on a rigolé, on a appris des choses et ça a renforcé la complicité de la classe"

## 4. Bilan global du projet

### Points positifs :

- L'engagement de la direction a été l'un des éléments moteurs pour l'implantation du programme au sein de l'établissement, un levier fort et important pour le bon déroulement de ce dernier,
- Le total investissement des co-animateurs ainsi que leur bonne humeur ont permis de rendre chaque séance possible, agréable et adaptée à chaque classe,
- La participation et le dynamisme de l'ensemble des élèves de 6<sup>e</sup>.

### Difficultés/axe(s) d'améliorations :

- L'articulation des agendas entre les différents acteurs du projet a été complexe en début d'année scolaire. Il a été prévu pour la rentrée prochaine de fonctionner différemment. Les séances Unplugged seront directement intégrées dans l'emploi du temps des élèves et des co-animateurs,
- Difficultés rencontrées avec 2 classes, pour pallier à ses difficultés des stratégies d'interventions ont été mises en place,
- Pour la rentrée prochaine, un temps de préparation pour chaque séance sera à définir lors de la venue de la chargée de projet Tab'agir.

## 5. Conclusion

L'année scolaire 2019-2020 a marqué le début du programme Unplugged au collège Marcel Aymé de Saint Florentin. Le projet a pu être entièrement réalisé et co-animé auprès de toutes les classes de 6<sup>e</sup>.

Il a été apprécié tant par les jeunes, les co-animateurs ainsi que la direction de l'établissement. L'implication de l'établissement a été totale tout au long de l'année scolaire, ce qui a fortement aidé au déploiement du programme au collège.

Le projet reprend à la rentrée prochaine dès le 18 novembre 2020.

**Bravo et merci à tous pour cette 1<sup>ère</sup> année !**

Tab'agir remercie également :

- La Fédération Addiction pour son suivi et son soutien durant la mise en place d'Unplugged. Cela a permis à la chargée de projet Tab'agir de lancer le projet en toute quiétude,
- Ses financeurs : l'Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche-Comté ainsi que la Mission Interministérielle de Lutte contre les Drogues Et les Conduites Addictives, qui sans eux le projet n'aurait pas pu être réalisé.

## Annexes

Annexe 1 : Présentation brève des 12 séances Unplugged .....	p 15
Annexe 2 : La Tour de Fröbel .....	p 16
Annexe 3 : Questionnaire jeunes .....	p 17
Annexe 4: Article paru dans l'Yonne Républicaine le 13 janvier 2020 .....	p 19

## Annexe 1 : Présentation brève des 12 séances Unplugged



### Aperçu des séances du manuel Unplugged

Séance	Titre	Activités	Objectifs	Point fort
1	Bienvenue dans Unplugged	Introduction, travaux de groupe, charte de classe	Initier une dynamique de groupe, recevoir une introduction au programme et à ses 12 séances, déterminer le cadre de travail	Information
2	Être ou ne pas être dans un groupe	Jeu de rôle, débat en plénière	Clarifier les influences et les attentes du groupe	Intra-personnel
3	Alcool, risques et protection	Travaux de groupe, activités créatives	Connaître les divers facteurs qui influencent les conduites addictives	Information
4	Et si c'était faux ?	Présentation, débat en plénière, travaux de groupe	Faire preuve d'esprit critique, réfléchir aux différences entre opinions, mythes sociaux et réalité	Intra-personnel
5	Tabac, chicha – que sais-je ?	Quiz, débat en plénière, jeu de rôle	Faire preuve d'esprit critique face à la consommation de tabac, connaître ses effets	Information
6	Exprime tes émotions	Débat en plénière, travaux de groupe, activités créatives	Identifier ses émotions et apprendre à les communiquer, distinguer la communication verbale et non verbale	Inter-personnel
7	Être en confiance, savoir dire non	Débat en plénière, travaux de groupe, jeu de rôle	Renforcer la confiance en soi, la capacité à dire non et le respect des autres	Intra-personnel
8	Briser la glace	Jeu de rôle, débat en plénière	Apprécier les qualités des autres, accepter les réactions positives, s'exprimer pour se présenter aux autres	Intra-personnel
9	Infos / Intox	Travaux de groupe, quiz	Identifier les risques relatifs aux consommations de tabac, d'alcool et de cannabis, aborder la notion de « substance psychoactive »	Information
10	La force est en nous	Présentation, débat en plénière, travaux de groupe, activités créatives	Identifier des stratégies pour faire face aux événements de la vie, identifier et exprimer ses forces	Inter-personnel
11	Trouve des solutions !	Présentation, débat en plénière, travaux de groupe	Résoudre les problèmes de façon structurée, développer sa pensée créative	Inter-personnel
12	Unplugged awards	Conclusion, travaux de groupe, débat en plénière, moment convivial	Fractionner les objectifs à long terme en objectifs à moyen terme et à court terme, réagir sur le programme	Inter-personnel

## Annexe 2 : La Tour de Fröbel

Objectif : Amener à une certaine coopération et cohésion de groupe.

### Déroulement/Consignes :

Le but de l'activité pédagogique est de construire une tour à partir de cubes de bois avec un crochet.

Chaque participant a une ou deux ficelles dans les mains afin de guider et orienter le crochet pour aller ramasser et empiler les cubes. Il faut que tous les participants soient organisés et coordonnés pour arriver à leurs fins.

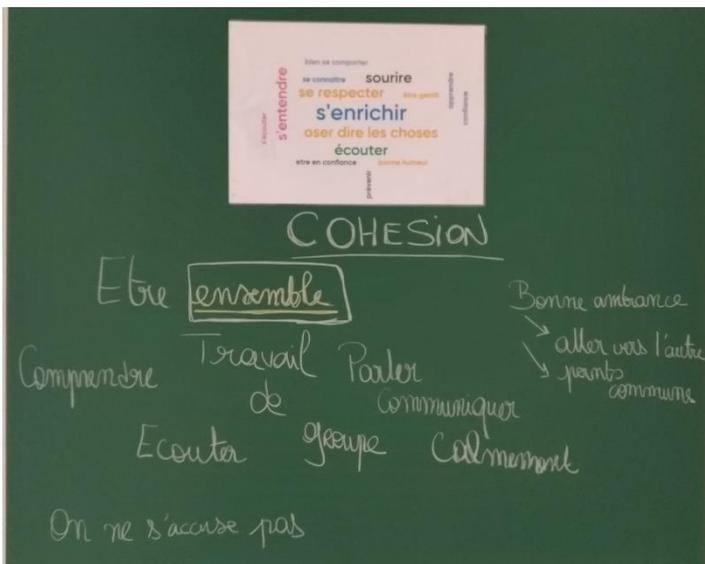
Une fois la tour de cube réalisée, le groupe a réussi sa mission.

Pendant le débriefing, l'objectif est d'obtenir le ressenti des jeunes sur l'activité pédagogique, son déroulé et les échanges entre eux.



Avant cette activité, il a été demandé aux jeunes de définir ce qu'était la « cohésion de groupe » et ce qu'il était nécessaire de faire/dire pour que cela fonctionne (cf photos ci-dessous).

Au fur et à mesure de l'activité, les co-animateurs ont complété avec les nouveaux éléments que les jeunes ont pu identifier lors de l'activité.



### Annexe 3: Questionnaire jeunes



## BILAN DES SEANCES UNPLUGGED

Souviens-toi des séances passées ensemble. Pour chacune d'entre-elle, note les mots clefs ou une phrase courte résumant ce que tu as retenu 😊

<p><b>S1 : BIENVENUE DANS « UNPLUGGED »</b></p> <p>ne pas s'écarter s'écouter participer s'aider ne pas se disputer accepter les autres collaborer</p> 	<p><b>S2 : ÊTRE OU NE PAS ÊTRE DANS UN GROUPE</b></p> 	<p><b>S3 : ALCOOL, RISQUES ET PROTECTION</b></p> 	<p><b>S4 : ET SI C'ETAIT FAUX ?</b></p> 
<p><b>S5 : TABAC, CHICHA, QUE SAIS-JE ?</b></p> 	<p><b>S6 : EXPRIME TES EMOTIONS</b></p> 	<p><b>S7 : ÊTRE EN CONFIANCE, SAVOIR DIRE NON</b></p> 	<p><b>S8 : BRISER LA GLACE</b></p> 
<p><b>S9 : LA TOUR DE FROBEL</b></p> 	<p><b>S10 : LA FORCE EST EN NOUS</b></p> 	<p><b>S11 : TROUVES DES SOLUTIONS !</b></p> <p>SÉRIE 11 - TROUVE DES SOLUTIONS !</p> <p>5 ÉTAPES :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) IDENTIFIE LE PROBLÈME</li> <li>2) LISTE TOUTES LES SOLUTIONS</li> <li>3) ÉVALUE LES SOLUTIONS</li> <li>4) DÉCIDE DE LA SOLUTION À RETENIR ET MET-LA EN ŒUVRE</li> <li>5) TIRE LES CONCLUSIONS DU CHOIX QUE TU AS FAIT</li> </ol>	<p><b>S12 : UNPLUGGED AWARDS</b></p> 



On a besoin de toi pour améliorer le programme Unplugged !

Note ici, ce que tu as aimé lors des séances :

---

---

---

Quelle séance as-tu préféré ?

---

---

---

Parmi ce que tu as appris, que pourrais-tu utiliser par la suite ?

---

---

---

Note ici, ce qui, pour toi, pourrait être amélioré lors des séances Unplugged :

---

---

---

Exprime-toi de façon libre, sur la manière dont tu as vécu l'expérience Unplugged.  
Tu peux écrire et/ou dessiner, c'est toi qui choisis 😊

**SAINT-FLORENTIN** ■ Un programme de prévention à destination des élèves

# Dire non à la première cigarette

Les élèves des classes de 6<sup>e</sup> du collège Marcel-Aymé bénéficient d'un programme de prévention et de sensibilisation afin de prévenir les addictions.

**D**epuis mi-novembre et jusqu'à la fin du mois de février, tous les élèves de 6<sup>e</sup> du collège Marcel-Aymé de Saint-Florentin suivent un programme de prévention des addictions sous l'égide de l'association Tab'agir.

Une action novatrice intitulée « Unplugged » (débranché) ayant pour but de développer la confiance en soi et l'esprit critique qui permettent de savoir dire non.

Il s'agit d'un programme d'une douzaine de séances ayant chacune un objectif clairement défini aux titres évocateurs tels que « alcool, risques et protection », « tabac, chicha, que sais-je ? », « être en confiance, savoir dire non », « info/intox »...

Les élèves sont mis à contribution de manière très interactive à travers des activités à l'aspect ludique. Ils jouent le jeu avec sérieux et plaisir.

Lors de la sixième séance, ils ont dû travailler sur



**SENTIMENT.** Les élèves ont été invités à mimer un sentiment que chacun reconnaîtra.

les émotions et apprendre à les communiquer, distinguer la communication verbale et non-verbale.

## Éducation à la santé et à la citoyenneté

Les séances sont coanimées par l'intervenante de Tab'agir, Ménana Haddad, et un professeur du collège. L'une d'elles, Justine Couvreur, professeur de SVT, explique : « Toute une équipe de l'établissement a été formée à cette mé-

thode durant deux jours et nous nous relayons auprès des classes. »

Laurence Rauline, la principale adjointe, précise : « Cette action s'inscrit dans le cadre de l'éducation à la santé et à la citoyenneté. Nous avons, l'an passé, été contactés par l'ARS qui nous a proposé de nous inscrire dans ce dispositif de prévention. Bien que nous n'ayons pas identifié de

problème particulier concernant les addictions de nos élèves au tabac ou autres produits illicites, nous y avons vu une opportunité et nous nous sommes inscrits. L'approche est innovante car elle concerne toute une cohorte et s'étendra sur quatre années. Elle permet de mettre en œuvre des compétences psycho-sociales et de donner des armes contre les addictions, même celle des écrans. » ■