

Un programme de prévention ambitieux  
et novateur à l'initiative de :



Créée en 1965, l'académie de Limoges correspond à la région du Limousin, dont les trois départements, Haute-Vienne, Creuse et Corrèze, couvrent une superficie de près de 17 000 km<sup>2</sup>. L'académie de Limoges comptait 112 000 élèves dans l'ensemble des écoles et établissements secondaires en 2012-2013.



Force d'action et de proposition en matière de prévention du risque alcool, *Avec Modération!* regroupe 15 entreprises du secteur des boissons alcoolisées en France. L'association recherche des moyens innovants de prévention ciblée sur les groupes ou situations à risque, les valide par des évaluations dont les résultats sont communiqués, et les porte à la connaissance des pouvoirs publics.



Programme  
(espace)

Education, Sensibilisation et Prévention Alcool  
au Collège avec l'appui de l'Environnement

Octobre 2015

Pour en savoir plus sur le programme **ESPACE** (outils pédagogiques, avis d'experts, ...) rendez-vous sur :

<http://www.preventionalcool.com/index.php?/nos-campagnes/alcool-a-jeunes/espace-operation-experimentale-de-prevention-du-risque-alcool-au-college.html>

Le rapport de l'Observatoire Régional de Santé du Limousin est disponible sur le site [http://www.ors-limousin.org/publications/rapport/2015/Espace\\_Rapport\\_Eval\\_finale.pdf](http://www.ors-limousin.org/publications/rapport/2015/Espace_Rapport_Eval_finale.pdf)

<b>I. Un programme de prévention inédit en France</b> .....	1
<b>II. Les actions ESPACE</b> .....	2
<b>A. Les actions ESPACE à destination des élèves</b> .....	2
1. L'estime de soi et les compétences psychosociales au cœur de la prévention .. 2	
2. Une première sensibilisation aux risques liés à la consommation alcool .....	4
<b>B. Les actions ESPACE à destination des parents</b> .....	5
<b>III. Suivi du programme et évaluation</b> .....	6
<b>A. Comité de pilotage et experts</b> .....	6
<b>B. Evaluation</b> .....	7
1. Une opération évaluée de façon rigoureuse et indépendante .....	7
2. Les résultats .....	8
<b>C. L'avis des experts du comité scientifique ESPACE</b> .....	12
<b>Conclusion</b>	

Sur une proposition de l'association **Avec Modération!** le programme **ESPACE** - Education, Sensibilisation et Prévention Alcool au Collège avec l'appui de l'Environnement - a été conçu et mis en œuvre par l'**Académie de Limoges**, à la demande du ministère de l'Education nationale. Mené pendant 3 années scolaires, de septembre 2009 à juin 2012 et ayant fait l'objet d'une évaluation approfondie en 2013 et 2014, il visait à **accroître les compétences psychosociales et l'estime de soi des élèves** pour, à terme, **faire reculer l'âge de la consommation régulière et prévenir les comportements de recherche d'ivresse chez les jeunes.**

## I. Un programme de prévention inédit en France

Bénéficiant de l'apport des meilleurs experts en matière de prévention, d'éducation et d'évaluation, l'opération a été développée à partir d'une **analyse de la littérature scientifique internationale**, permettant d'identifier les **facteurs de réussite** dans la mise en œuvre d'une action de prévention du risque alcool en milieu scolaire.

### ESPACE a été conçu pour :

- › Améliorer les compétences psychosociales et l'estime de soi des élèves ;
- › Être mis en œuvre par les équipes éducatives des collèges concernés, formées spécifiquement pour intervenir auprès des élèves ;
- › Impliquer les parents à travers un dispositif associant notamment des réunions d'information, un site Internet et un Journal des Parents.

**Martine Daoust**, Rectrice de l'Académie de Limoges (2008-2010)

“ **ESPACE** est un programme ambitieux que toute la communauté éducative de l'Académie de Limoges est fière d'avoir réalisé. C'est une expérience pilote dont les résultats doivent nous permettre de mieux comprendre comment développer l'éducation à la santé en milieu scolaire. ”

### Périmètre du programme

**15 collèges "action", 53 classes et 1 150 élèves** + 15 collèges "témoin"  
Des ateliers menés auprès des mêmes élèves durant 3 années :



Une évaluation rigoureuse basée sur des enquêtes régulières menées auprès des élèves des collèges "action", mais aussi des élèves de collèges "témoin" ne bénéficiant pas du programme.

## II. Les actions ESPACE

### A. Les actions ESPACE à destination des élèves

Deux ateliers pédagogiques ont été développés : l'atelier "Estime de soi et compétences psychosociales" et l'atelier "Sciences de la Vie et de la Terre". Adaptés à l'âge des élèves, ils étaient fondés sur leur participation active et s'intégraient dans le temps scolaire.

#### 1. L'estime de soi et les compétences psychosociales au cœur de la prévention



Les expériences menées à l'étranger montrent que **le développement de l'estime de soi et des capacités relationnelles des adolescents facilite l'adoption de comportements favorables à la santé**. Avoir confiance en soi, s'ouvrir à l'autre en reconnaissant ses qualités, s'affirmer de manière constructive, mieux gérer les conflits... sont autant de compétences permettant à

l'élève de prendre du recul pour asseoir ses décisions et s'affranchir des influences multiples qui l'entourent.

Le premier atelier, consacré au développement de l'estime de soi et des compétences psychosociales, s'est déroulé durant six séquences de deux heures en 6ème, selon le même format en 5ème, puis durant dix séquences d'une heure en 4ème.

L'atelier était composé d'exercices simples, de jeux de rôle et d'activités individuelles ou en groupe, élaborés par le Dr Corinne Roehrig, médecin de santé publique et thérapeute familiale, chargée de mission conduites à risque et conduites addictives au CODES des Alpes-Maritimes.

**Les équipes éducatives, sur la base du volontariat, ont bénéficié à chaque rentrée scolaire d'une formation de trois jours assurée par le Dr Roehrig pour s'approprier les concepts et les outils pédagogiques développés pour le programme ESPACE.**

### L'atelier estime de soi et compétences psychosociales

# 6<sup>e</sup>

- 1 **Ma bulle de bien-être**  
Identifier l'environnement où l'on se sent bien, les éléments qui nous mettent en confiance
- 2 **Le portrait**  
Connaître ses qualités et développer sa confiance en soi
- 3 **Mes réussites**  
Identifier ses ressources dans une situation de réussite
- 4 **Mes numéros d'urgence**  
Mieux connaître les personnes "ressources" de son entourage
- 5 **Moi et les autres**  
Découvrir que nous avons tous des points communs, s'intéresser aux ressemblances plutôt qu'aux différences
- 6 **Ma cible**  
Se donner toutes les chances de réussir, programmer un succès

# 5<sup>e</sup>

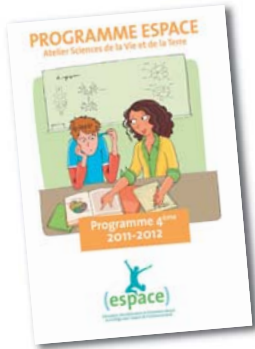
- 1 **Comment ça va ?**  
Faire le lien entre santé et confiance en soi
- 2 **Je (re)connais mes émotions**  
Identifier les principales émotions de l'être humain, comprendre quelle est leur utilité
- 3 **J'apprivoise mes émotions**  
Découvrir comment gérer ses émotions
- 4 **Je suis doué et je ne le savais pas !**  
Identifier ses talents pour réussir tous les jours ce que l'on fait
- 5 / 6 **Je suis coach en solutions**  
Trouver des solutions aux problèmes du quotidien

# 4<sup>e</sup>

- 1 / 2 **Améliorer sa communication**  
Prendre conscience de la communication non-verbale ; prendre conscience de l'impact sur les autres de la présentation de soi
- 3 / 4 **Développer son esprit critique**  
Prendre conscience de l'influence de la communication publicitaire ; améliorer sa capacité à argumenter, à se mettre en valeur
- 5 / 6 / 7 **S'affirmer, résoudre des problèmes**  
Rester soi-même face à l'influence du groupe ; décider de rester sobre face à une offre d'alcool ; faire face à une situation de violence physique ou verbale
- 8 / 9 / 10 **Développer sa pensée créative**  
S'exprimer en mots, en images et par tout autre moyen sur le thème de la confiance en soi

## 2. Une première sensibilisation aux risques liés à la consommation alcool

Pour lever certaines idées fausses et livrer aux élèves des informations claires et objectives sur les risques liés à la consommation d'alcool, **ESPACE** incluait également un atelier conçu dans le cadre de la classe de Sciences de la Vie et de la Terre (SVT). Durant les trois années du programme, deux sessions d'une heure trente ont été proposées aux élèves.



Les enseignants de SVT des collèges impliqués ont également participé chaque année à une formation d'une demi-journée en amont de l'atelier, animée par François Coutarel, enseignant de SVT, formateur et concepteur de l'outil pédagogique.

### L'atelier SVT

6<sup>e</sup>

- 1 Fabrication du pain et du vin : comprendre le rôle des levures et la fermentation
- 2 Quels sont les effets de l'alcool sur notre organisme ?

5<sup>e</sup>

- 1 Comment l'alcool est-il assimilé dans le corps humain ?
- 2 Quels sont les risques d'une consommation excessive d'alcool ?

4<sup>e</sup>

- 1 Les effets de la consommation d'alcool sur le système nerveux
- 2 Comment la consommation d'alcool modifie-t-elle les comportements et la relation aux autres ?

## B. Les actions ESPACE à destination des parents

Le rôle des parents dans la prévention des conduites à risque et l'importance du contrôle parental ont été souvent démontrés.

**L'implication des parents a donc constitué l'un des points clés du programme ESPACE.**

Tous les parents des élèves concernés par le programme **ESPACE** ont été conviés à une réunion de présentation du projet dans le collège de leur enfant. Pour les informer et les accompagner durant l'opération, plusieurs outils ont été mis à leur disposition :

- › Un journal d'information, proposant des sujets traités de façon dynamique, sous la forme d'articles sur les ateliers **ESPACE**, sur les conduites à risque ou encore sur l'adolescence. Le journal intégrait également les témoignages des acteurs du projet et les conseils des experts en matière de prévention et d'éducation ;
- › Un site Internet fournissant des éléments d'information plus précis sur le contenu des actions et aidant les parents à accompagner leur enfant tout au long du programme.



## III. Suivi du programme et évaluation

### A. Comité de pilotage et experts

Auprès du Recteur de l'académie de Limoges, un comité scientifique et un comité de pilotage ont été chargés de la mise en œuvre d'**ESPACE** (formation des équipes éducatives, implication des parents, retour d'expérience, suivi de l'évaluation...).

#### Le comité scientifique

- › **Marie Choquet**, psychologue, épidémiologiste, ancienne directrice de recherche à l'INSERM ;
- › **Dr Corinne Roehrig**, médecin de santé publique et thérapeute familiale ;
- › **Pr Daniel Bailly**, pédopsychiatre et professeur de psychiatrie ;
- › **Dr Jean-Pierre Ferley**, directeur de l'Observatoire régional de la santé (ORS) du Limousin ;

#### Le comité de pilotage

- › Le Recteur de l'académie de Limoges, successivement **Martine Daoust**, **Jean Bertsch** puis **Luc Johann** ;
- › **Christine Garcia**, infirmière, conseiller technique auprès du Recteur ;
- › **Véronique Brun**, **Martine Froidefond**, **Martine Grouille**, **Nicole Janel**, **Françoise Lasseur**, Inspecteurs d'académie et conseillers techniques du service médical, social et infirmier de l'académie de Limoges ;
- › **François Coutarel**, professeur de SVT et coordinateur pédagogique CRDP du Limousin ;
- › **Emmanuelle Bedou**, conseillère principale d'éducation ;
- › **Agnès Tallet**, directrice du Centre d'information régional sur les drogues et les dépendances (CIRDD) du Limousin, représentant la mission interministérielle de lutte contre les drogues et la toxicomanie (MILDT) ;
- › **Alexis Capitant**, directeur général de l'association *Avec Modération!*

### B. Evaluation

#### 1. Une opération évaluée de façon rigoureuse et indépendante

L'évaluation a été assurée, en plusieurs vagues, par un organisme indépendant : l'Observatoire Régional de Santé (ORS) du Limousin. Elle avait pour objectif de **mesurer l'impact du programme sur les connaissances, représentations et consommations des élèves, ainsi que sur l'estime de soi et l'acquisition de compétences psychosociales.**

Elle a été réalisée en 3 temps - début de 6ème (évaluation initiale), fin de 5ème (évaluation intermédiaire) et fin de 3ème (évaluation 1 an après la fin du programme) - auprès des élèves des établissements participant au programme (collèges "action"), mais aussi des élèves de collèges du Limousin ne participant pas à l'opération (collèges "témoin"), afin de comparer les évolutions intervenues au sein des deux groupes.

Au final, l'évaluation a donc porté sur **30 collèges** (1 collège du Limousin sur 3), soit 105 classes et près de **2 300 élèves**. Des dispositifs d'évaluation spécifiques pour évaluer la perception du programme et l'adhésion ont également été mis en œuvre pour les parents, le corps enseignant, le personnel éducatif et les professionnels de santé des établissements.

	Groupe "action"	Groupe "témoin"	
To - Evaluation initiale	1 151 élèves	1 132 élèves	6 <sup>e</sup> (11/12 ans) Déc. 09/Janv. 10
T1 - 1 <sup>e</sup> Enquête intermédiaire	1 139 élèves		6 <sup>e</sup> (11/12 ans) Juin 10
T2 - Evaluation à mi-parcours	1 120 élèves	1 063 élèves	5 <sup>e</sup> (12/13 ans) Juin 11
T3 - 2 <sup>e</sup> Enquête intermédiaire	1 129 élèves		4 <sup>e</sup> (13/14 ans) Juin 12
T4 - Evaluation finale	1 099 élèves 229 parents 57 professionnels EN	1 031 élèves 301 parents	3 <sup>e</sup> (14/15 ans) Avril 13

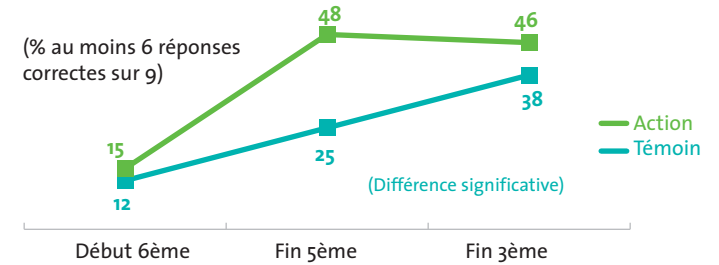
## 2. Les résultats

### Le programme améliore les compétences psychosociales et est donc porteur d'un effet à long terme sur les consommations

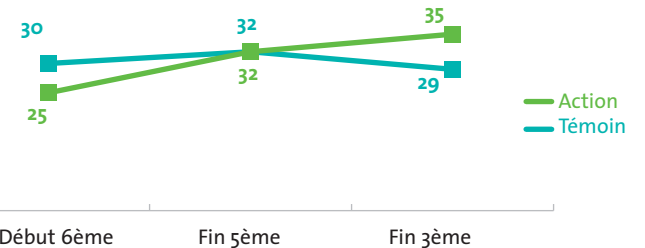
En ce qui concerne l'adhésion au programme, même si l'intérêt des élèves pour les ateliers s'éémousse avec le temps, **40% gardent un an après le souvenir de séances intéressantes** (contre 80% en 6ème) et près de **60% pensent que l'apport de ces ateliers pourrait les inciter à refuser une sollicitation** pour une boisson alcoolisée. Une difficulté majeure d'analyse des résultats du programme **ESPACE** est toutefois la très grande hétérogénéité de l'adhésion des élèves dans les quinze établissements où il a été mis en œuvre (la proportion d'élèves contents d'avoir bénéficié du programme varie de 13% à 90% selon les établissements), hétérogénéité due à une qualité très variable d'implantation du programme dans les collèges.

Le programme **ESPACE** a démontré un impact sur l'**élévation du niveau de connaissances** des élèves. Par ailleurs, quel que soit le niveau d'adhésion, les résultats ont montré une **différence significative entre les élèves "action" et "témoin" en matière d'estime de soi et de compétences psychosociales**, notamment pour ce qui est de la **confiance en soi** et de **l'affirmation du point de vue** (et donc, potentiellement, de la capacité à refuser une sollicitation). Ce résultat est essentiel puisque la littérature scientifique internationale s'accorde sur le fait que ce type de compétences est un facteur de lutte contre les conduites à risques, qui incluent la consommation régulière d'alcool ou les ivresses des adolescents et des jeunes adultes.

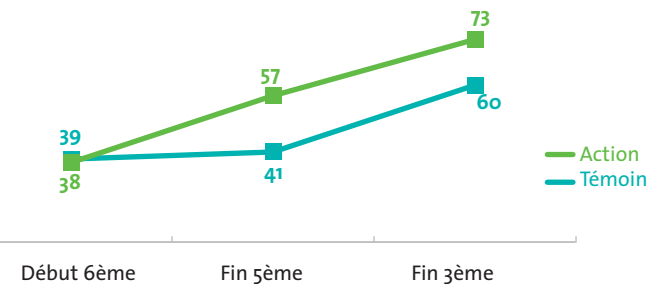
### Impact du programme sur les connaissances des élèves



### Impact du programme sur la confiance en soi\*



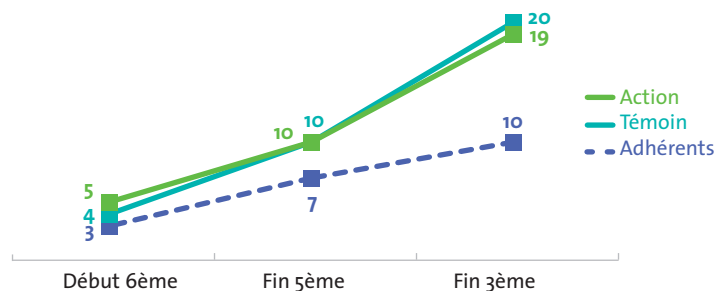
### Impact du programme sur l'affirmation de soi\*



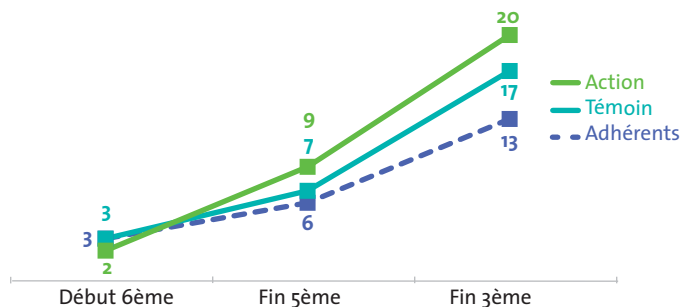
\* Différence significative. % ajustés sur l'âge et le sexe - données chaînées.

En revanche, **aucune conclusion définitive ne peut être tirée quant à l'impact du programme sur les consommations.** La comparaison globale ne montre quasiment aucune différence entre les 2 groupes "action" et "témoin". L'âge auquel a été réalisée l'évaluation (15 ans) est probablement un peu trop précoce pour prétendre mettre en évidence un impact sur les consommations régulières. Néanmoins, en prenant en compte le critère de l'adhésion des élèves au sein du groupe "action", **on observe des niveaux d'expérimentation et d'usage d'alcool moindres chez les "adhérents"** que chez les "non adhérents", sans qu'il soit possible d'évaluer exactement ce qui relève de la personnalité de ces élèves ou de la qualité d'implantation du programme (lequel serait plus efficace lorsqu'il est apprécié).

#### Impact du programme sur la consommation mensuelle d'alcool\*



#### Impact du programme sur l'expérimentation de l'ivresse\*



\* % ajustés sur l'âge et le sexe - données chaînées.

#### Un impact très positif sur la communauté éducative

Le programme a également indirectement contribué à sensibiliser la communauté éducative à la nécessité de favoriser, chez les élèves, l'estime de soi et l'acquisition de compétences psychosociales. Les résultats, notamment sur le comportement de certains élèves, a en effet permis de prolonger l'intérêt des équipes éducatives au-delà du projet **ESPACE**. Outre la centaine d'intervenants impliqués dans le programme, 15 formateurs académiques ont été ainsi formés pour intervenir face aux élèves en 2011, puis 250 en 2012 et 2013. Cette dynamique se poursuit aujourd'hui et fait du Limousin une académie particulièrement en pointe sur cette question.

Emmanuelle Bedou, CPE, collège Jean Moulin (Brive)

“ **ESPACE** a permis de proposer une nouvelle approche pédagogique très appréciée par les équipes éducatives. Au-delà des objectifs spécifiques du programme, nous avons observé des résultats parfois spectaculaires sur le comportement des élèves, une plus grande facilité de dialogue et même un apaisement chez certains d'entre eux. C'est d'ailleurs ce qui a motivé de nombreux enseignants à pérenniser l'expérience des ateliers CPS. ”

#### Une mobilisation difficile des parents d'élèves

L'implication des parents a finalement été limitée : peu de présents lors des réunions d'information, faible taux de retour du questionnaire d'évaluation (21%). Cependant, ceux qui ont répondu à l'enquête jugent positivement le programme et 40% déclarent avoir perçu un impact positif sur le comportement de leur enfant.

## C. L'avis des experts du comité scientifique ESPACE

**Dr Corinne Roehrig**, médecin de santé publique et thérapeute familiale

“ L'impact établi du programme **ESPACE** sur les compétences psychosociales des jeunes limousins et l'engouement d'une partie des acteurs sont porteurs d'espoir. Mise en place dès la première année du programme, une équipe de formateurs “estime de soi et compétences psychosociales”, interne à l'Education nationale, a poursuivi inlassablement le travail engagé via des actions de sensibilisation, de formation et des interventions à tous les niveaux d'enseignement. Cette équipe continue de travailler en 2015 pour proposer aux acteurs de l'éducation une formation continue (présentielle et online), sur les thèmes de l'estime de soi et des compétences psychosociales. ”

**Dr Marie Choquet**, Directrice de recherche honoraire à l'Inserm (U669), psychologue et épidémiologiste

“ Le bilan du programme **ESPACE** est positif quant à sa capacité à augmenter significativement les compétences psychosociales et l'estime de soi des collégiens et construire ainsi un renforcement contre les conduites à risque. Il montre aussi la difficulté d'implantation d'une approche qui rompt avec les méthodes éducatives habituelles et la nécessité de bénéficier de l'adhésion sans réserve de l'établissement concerné comme des équipes éducatives impliquées. ”

**Pr Daniel Bailly**, pédopsychiatre et professeur de psychiatrie

“ Au-delà des résultats chiffrés, l'expérience du programme **ESPACE** a montré, si besoin est, que la prévention et l'éducation à la santé ne s'imposent pas, qu'elles ne s'improvisent pas. La réalisation de tels programmes nécessite un changement de mentalités et d'attitudes dans l'appréhension des stratégies éducatives à mettre en place. A ce titre, on peut dire que l'expérience du programme **ESPACE** a indéniablement eu un impact favorable, comme en témoignent les actions entreprises depuis dans l'Académie de Limoges. ”

## conclusion

**ESPACE** a suscité une large adhésion des intervenants et montré des résultats très encourageants en matière de développement de l'estime de soi et de compétences psychosociales (confiance en soi, affirmation de soi) même si aucune conclusion ne peut être tirée, à date, quant à un impact du programme sur les consommations. Son évaluation fournit également des enseignements précieux pour le développement de ce type d'interventions en France.

*Avec Modération!* souhaite poursuivre et approfondir cette démarche expérimentale dans le but de proposer aux acteurs de santé publique des modèles de prévention à l'efficacité validée.

Le comité scientifique et les promoteurs du programme souhaitent remercier Audrey Rouchaud et toute l'équipe de l'Observatoire Régional de Santé du Limousin pour leur patience et la qualité de leurs conseils et travaux durant toute la phase d'analyse des résultats **ESPACE**, qui a duré plusieurs mois.