

Résumé du rapport final - YouTurn

Le programme YouTurn est un projet pilote novateur online qui aide les consommateurs de tabac à arrêter de fumer durablement, notamment par le biais d'**incitations financières** et la participation d'amis ou de membres de la famille. Principe : les participants misent de l'argent sur leur arrêt du tabac. S'ils réussissent à arrêter de fumer, ils gagnent (ou récupèrent au moins la somme investie) ; s'ils échouent, ils perdent leur mise (voir la bande-annonce sur www.you-turn.com ou <http://youtu.be/SyyOMd-TumU>).

Pour décourager les gens motivés uniquement par l'argent facile et pour garantir le succès de l'expérience, des contrôles sont prévus en cours de programme. Seuls les fumeurs réguliers peuvent participer ; en outre, les participants feront l'objet de tests effectués en pharmacie afin de déterminer qu'ils n'ont pas fumé du tout au cours du programme.

Durant la phase pilote, ce programme était réservé aux **collaborateurs d'entreprises sélectionnées** ainsi qu'à leurs proches et à leurs amis. Il peut désormais s'étendre au-delà du contexte professionnel. Il s'adresse à tous ceux qui souhaitent arrêter de fumer et bénéficier d'un soutien supplémentaire face au risque de rechute.

Entre **fin mars et fin novembre 2015**, trois programmes YouTurn (intitulés « Challenges ») ont été menés avec treize participants ayant investi 9393 francs au total. En outre, les entreprises impliquées se sont engagées à verser 1300 francs de primes en cas de succès. Au total, les gagnants pouvaient donc se partager une somme totale de 10 693 francs.

Sur treize participants, neuf ont relevé avec succès les différents challenges, ce qui correspond à un **taux de réussite de 69 %**. Si le premier défi a vu six participants sur sept passer le cap (85 %), les deux suivants ont présenté des taux de réussite moindres (deux sur trois, soit 67 %, et un sur trois, soit 33 %).

Selon les initiateurs du projet, le **recrutement** via les entreprises s'est avéré plus difficile que prévu. Si les premières réactions au sujet du concept (et de la bande-annonce) ont été majoritairement positives, voire très positives, les participants potentiels ont montré nettement moins d'enthousiasme à s'engager concrètement et à investir leur argent. Selon le rapport d'évaluation (externe), les fumeurs motivés à participer sont surtout ceux qui avaient déjà en tête d'arrêter.

Dans ces cas-là en particulier, les gagnants ont majoritairement livré un **feedback** positif voire très positif. De nombreuses personnes ont souligné qu'elles étaient très satisfaites du programme ; en outre, risquer de perdre de l'argent leur a permis une ou plusieurs fois d'éviter la rechute.

Sur ce point, les initiateurs du projet tirent également un **bilan positif** : ils voulaient démontrer que risquer de perdre de l'argent pouvait fortement motiver les participants à arrêter de fumer ou les préserver d'une rechute. Ils ont fondé leur hypothèse sur des connaissances liées à l'économie comportementale, par exemple, le phénomène de l'aversion à la perte. Pour l'essentiel, cela signifie qu'en moyenne, les gens perçoivent deux fois plus douloureusement la perte potentielle d'une somme d'argent que la non réalisation d'un gain équivalent. D'un point de vue rationnel et économique, il n'existe pourtant aucune différence entre ces deux cas de figure.

Compte tenu des problèmes de recrutement susmentionnés et des explications données par les non-participants (dans l'évaluation externe), les initiateurs recommandent dorénavant de cibler davantage le programme sur des personnes qui prévoient d'arrêter de fumer. En effet, YouTurn ne peut pas motiver suffisamment les fumeurs qui ne manifestent pas clairement leur intention d'arrêter. Par contre, ceux qui ont pris leur décision s'investissent davantage et peuvent assurément tirer profit du mécanisme d'incitation (financière).

Dans l'idéal, la plate-forme YouTurn pourrait aussi être gérée par un **service de conseils en matière d'arrêt du tabac**. Il y aurait un maximum de chances de trouver des participants motivés qui pourraient en outre bénéficier concrètement de cette offre.