

Résumé du rapport final : *Freelance*

Présentez brièvement le déroulement du projet, le principal enseignement tiré des résultats obtenus et vos recommandations.

Freelance est un programme de prévention des dépendances. Ses unités didactiques peuvent être mises en œuvre de manière flexible par les enseignants, selon le temps dont ils disposent et les thèmes qu'ils souhaitent aborder. Ce matériel tient compte des résultats, des chiffres et des faits les plus récents dans le domaine de la recherche sur les comportements à risques et addictifs. *Freelance* se compose de trois éléments :

- des unités didactiques téléchargeables permettant de traiter les questions liées à la consommation de tabac, d'alcool ou de cannabis ;
- un kit prévention, comprenant une série de courtes séquences didactiques (10-20 minutes) ;
- un concours d'affiches évoquant les relations entre la publicité et les dépendances.

L'Association suisse des responsables cantonaux pour la promotion de la santé, section Suisse orientale (ARPS), qui est à l'origine de *Freelance*, a confié l'analyse standardisée des effets et l'évaluation du processus :

- d'une part à l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies (ISPA), désormais Addiction Suisse (Lausanne),
- d'autre part au groupe de projet de la HES de travail social, à Rorschach (Fachhochschule für Soziale Arbeit).

Analyse des effets :

- 90 % des classes concernées ont utilisé le kit prévention : de toute évidence, les courtes séquences didactiques avec exercices sont faciles à intégrer aux leçons.
- La comparaison entre les classes ayant suivi partiellement le programme et les classes témoin n'ayant pas du tout participé ne révèle aucune différence notable au niveau des comportements addictifs.
- La consommation de tabac (nombre de cigarettes fumées) a nettement plus diminué chez les filles dont la classe a suivi intégralement le programme que chez les filles faisant partie d'une classe témoin ou d'une classe ayant suivi partiellement le programme.
- La consommation d'alcool suit la tendance inverse : au moment de la deuxième enquête, les filles dont la classe suivait intégralement le programme consommaient davantage d'alcool.
- La consommation de cannabis a largement diminué chez les garçons, et elle a eu tendance à augmenter chez les filles.
- A noter : les classes qui ont suivi intégralement le programme étaient aussi celles dont le niveau de consommation (tabac, alcool, cannabis) était le plus élevé au moment de la première enquête. Les classes qui ont suivi partiellement le programme se situaient entre ces dernières et les classes témoin dont le taux de consommation était systématiquement le plus bas.

Selon le rapport d'évaluation de l'ISPA, les enseignantes et les enseignants qui avaient perçu dans leur classe l'existence d'un problème de consommation de substance addictive de gravité faible à moyenne se sont presque systématiquement contentés de suivre partiellement *Freelance*, et se sont généralement focalisés sur le kit prévention. La consommation s'est révélée plus ou moins identique dans ces classes et dans les classes témoin. Cette conclusion n'est pas étonnante : en effet, un programme de prévention ne peut être vraiment efficace que s'il s'accompagne d'actions régulières, menées sur une période suffisamment longue et portant sur des aspects à la fois sociaux, émotionnels et physiques. Dans les classes ayant suivi intégralement le programme, il est réjouissant de constater une tendance à la baisse, du moins dans la consommation de tabac chez les filles et de cannabis chez les garçons. Il est possible d'en déduire que le programme de prévention *Freelance* sera d'autant plus efficace et suivi de changements positifs de comportements, qu'il aura été suivi intégralement (env. douze heures d'enseignement). La mise en œuvre de quelques séquences didactiques du kit prévention peut certes donner des idées, mais elle ne suffit pas à modifier en profondeur les comportements. Il faudra des analyses supplémentaires pour expliquer pourquoi, chez les filles, la consommation d'alcool et de cannabis a augmenté.

Evaluation du processus :

- De manière générale, les retours sur le programme et les séquences ont été très positifs. Seule l'absence de « fil rouge » entre les unités didactiques, ou la difficulté à le percevoir clairement, a fait l'objet de certaines critiques.
- Kit prévention : particulièrement apprécié car il est rapidement utilisable, polyvalent et n'exige pas beaucoup de préparation. Les séquences basées sur l'activité physique n'ont pas fait l'unanimité : pour les uns, elles « détendent bien », pour les autres, elles sont « difficiles à comprendre ». Certains ont rencontré des difficultés avec la méthode de la fléchette, faute apparemment d'avoir lu le feuillet explicatif.
- Unités didactiques : majoritairement appréciées, bien documentées, temps de préparation restreint, beaucoup de matériel prêt à être imprimé. Seule critique : trop uniformes, trop riches.
- Concours d'affiches : élément le plus critiqué, trop de documentation, trop de perte de temps pour les équipes nominées qui ont dû se rendre trois fois à Saint-Gall.
- Web : polyvalent, complexe, beaucoup de textes et de matériel.

Dans la majorité des évaluations, les modules et les contenus de *Freelance* sont jugés positifs et aisément utilisables dans la pratique. Cependant, lors du remaniement de *Freelance*, il serait bon de raccourcir certains éléments et de mettre moins de matériel en annexe, selon la formule consacrée « moins il y en a, mieux c'est ». Bien qu'en principe le programme soit simple à comprendre, la plupart des évaluations mentionnent qu'une information, voire une initiation personnalisées à *Freelance* serait un plus. D'ailleurs, cet effort semble davantage motiver les personnes à l'utiliser.

Recommandations aux services spécialisés de l'ARPS de la Suisse orientale :

Contenu

- Renforcer l'homogénéité des unités didactiques, veiller au « fil rouge »
- Mettre davantage l'accent sur les thèmes liés à la surcharge et au stress
- Alléger le concours d'affiches et le site web

Processus

- Personnaliser au maximum les modes de communication (ateliers, initiations au programme personnalisées et *in situ*)

Evaluation

- Procéder à une nouvelle analyse des effets uniquement si 20 classes au moins s'engagent fermement à suivre des programmes structurés et comparables

Recommandations aux écoles

- Participer à *Freelance* de A à Z : compter en moyenne une douzaine d'heures d'enseignement, plus le temps de préparation
- En cas de consommation élevée dans une classe, envisager, en plus de *Freelance*, des mesures de repérage et d'intervention, le cas échéant, en collaboration avec un service spécialisé

Recommandations aux mandants politiques

- Encourager la pérennisation et le développement de *Freelance* par l'attribution de ressources financières et humaines
- Recommander le programme de prévention *Freelance* dans la région