

Le programme Unplugged

Courte présentation du programme de prévention des conduites
addictives – promotion de la santé, du bien-être

7 juin 2021

Un programme européen - Projet EU-Dap



- **EUROPE** : programme développé, mis en œuvre et **évalué scientifiquement** depuis 2004, par une étude effectuée en collaboration avec 7 pays de l'UE
- **FRANCE** : évalué dans le Loiret en 2018
- Par des **chercheurs** et des **professionnels de terrains**
- En milieu scolaire pour **les 12/14 ans**
- Pour les **5èmes** !

- **Objectif** : Retarder les premières expérimentations (ou les empêcher)

Une approche combinée (influence sociale globale)



« Les CPS sont la capacité d'une personne à **répondre avec efficacité** aux exigences et aux **épreuves de la vie** quotidienne. »

- OMS, 1993

Les compétences psychosociales



Created by Lesley Brown
Brain Trust Project



Created by Lesley Brown
Brain Trust Project



Created by Lesley Brown
Brain Trust Project

COMPETENCES SOCIALES	COMPETENCES EMOTIONNELLES	COMPETENCES COGNITIVES
ECOUTE EMPATHIE COOPERATION	IDENTIFIER LES EMOTIONS	SAVOIR RESOUDRE DES PROBLEMES SAVOIR PRENDRE DES DECISIONS
SAVOIR RESOUDRE DES CONFLITS	COMPRENDRE LES EMOTIONS	S'AUTO-EVALUER POSITIVEMENT
SAVOIR S’AFFIRMER & RESISTER A LA PRESSION SOCIALE	REGULER LES EMOTIONS	PENSEE CRITIQUE
SAVOIR DEMANDER DE L’AIDE	GERER SON STRESS	PENSEE CREATIVE



(OMS, 2001)

Une approche combinée (influence sociale globale)



En %, combien de jeunes de 17 ans , en 2017, en Auvergne-Rhône-Alpes...

- ... ont déjà expérimenté le tabac ?
- ... ont déjà expérimenté le cannabis ?
- ... ont déjà expérimenté (goûté à) l'alcool ?

Les croyances normatives

Tableau 6. Les niveaux d'usages de substances psychoactives à 17 ans en 2017 dans la région Auvergne-Rhône-Alpes

Produits	Usage	Auvergne-Rhône-Alpes	France métropolitaine (en %)	Écart (en points)	Écart (en %)
Alcool	Expérimentation	87,3	85,7	+2	+2
	Récent (au moins un usage dans le mois)	69,9	66,5	+3	+5
	Régulier (au moins 10 usages dans le mois)	9,6	8,4	+1	+14
	API* répétée (au moins 3 fois dans le mois)	18,2	16,4	+2	+11
Tabac	Expérimentation	63,0	59	+4	+7
	Quotidien (au moins 1 cig./jour)	27,0	25,1	+2	+8
	Intensif (plus de 10 cig./jour)	5,2	5,2	ns	ns
Cannabis	Expérimentation	41,6	39,1	+3	+6
	Régulier (au moins 10 usages dans le mois)	8,2	7,2	+1	+14
Autres drogues illicites**	Expérimentation	7,2	6,8	ns	ns

* API : Alcoolisation ponctuelle importante

** Au moins une expérimentation d'une des drogues illicites suivantes : champignons hallucinogènes, MDMW/ecstasy, amphétamines, LSD, crack, cocaïne, héroïne.

Source : enquête ESCAPAD 2017

87,3 %

63 %

41,6 %

Produits	Usage	Garçons 2017	Filles 2017	Sex-ratio		Ensemble 2017	Ensemble 2014	Évolution (en points)	Évolution (en %)
Tabac	Expérimentation	58,1	59,9	0,97	***	59,0	68,4	***	-9,4
	Récént (au moins un usage dans le mois)	34,7	33,5	1,04	**	34,1	43,8	***	-9,7
	Occasionnel (moins de 1 cig./jour)	8,4	9,7	0,86	***	9,0	11,3	***	-2,3
	Quotidien (au moins 1 cig./jour)	26,3	23,8	1,11	***	25,1	32,4	***	-7,4
	Intensif (plus de 10 cig./jour)	6,5	3,9	1,68	***	5,2	7,7	***	-2,5
Chicha	Expérimentation	54,3	45,4	1,20	***	49,9	64,7	***	-14,8
E-cigarette	Expérimentation	56,5	48,1	1,17	***	52,4	53,3	*	-0,8
	Récént (au moins un usage dans le mois)	20,7	12,7	1,63	***	16,8	22,1	***	-5,4
	Quotidien (> 30 usages dans le mois)	2,8	1,0	2,95	***	1,9	2,5	***	-0,6
Alcool	Expérimentation	86,6	84,6	1,02	***	85,7	89,3	***	-3,6
	Actuel (au moins un usage dans l'année)	80,1	75,2	1,07	***	77,7	82,4	***	-4,7
	Récént (au moins un usage dans le mois)	69,9	62,9	1,11	***	66,5	72,0	***	-5,5
	Régulier (au moins 10 usages dans le mois)	12,0	4,6	2,62	***	8,4	12,3	***	-3,8
	Quotidien ou 30 usages dans le mois	2,1	0,5	4,04	***	1,3	1,8	***	-0,4
Ivresse	Expérimentation	55,1	45,6	1,21	***	50,4	58,9	***	-8,5
Alcoolisation ponctuelle importante (API)	Récente (au moins une fois dans le mois)	49,6	38,1	1,30	***	44,0	48,8	***	-4,8
	Répétée (au moins 3 fois dans le mois)	21,7	10,9	1,99	***	16,4	21,8	***	-5,4
	Régulière (au moins 10 fois dans le mois)	4,3	1,0	4,28	***	2,7	3,0	*	-0,3
	Quotidien ou 30 usages dans le mois	2,1	0,5	4,04	***	1,3	1,8	***	-0,4
Cannabis	Expérimentation	41,8	36,3	1,15	***	39,1	47,8	***	-8,7
	Actuel (au moins un usage dans l'année)	34,4	28,1	1,23	***	31,3	38,2	***	-6,9
	Récént (au moins un usage dans le mois)	24,2	17,5	1,38	***	21,0	25,5	***	-4,6
	Régulier (au moins 10 usages dans le mois)	9,7	4,5	2,17	***	7,2	9,2	***	-2,0
	Quotidien ou 30 usages dans le mois	4,7	2,1	2,22	***	3,4	4,0	***	-0,6

Tendance à la baisse sur toutes les consommations entre 2014 et 2017 !

Développer la pensée critique en déconstruisant ces croyances

- Pourquoi la majorité des jeunes (et beaucoup de moins jeunes!) ont tendance à surestimer ?



Le Dauphiné Libéré

Des joints de plus en plus puissants : "Jeunesse en fumée" sonne l'alerte, sur France 2

3 minutes à lire

Marc Belpois

Publié le 06/04/21

Partager



TÉMOIGNAGE. Comment aider nos ados face à l'addiction aux écrans ?

Sont-ils addicts ou justes absorbés par leurs écrans ? De très nombreux adolescents y consacrent plusieurs heures par jour. Certains signes comme une trop grande fatigue, un décrochage scolaire ou une rupture sociale doivent alerter. Ils peuvent être synonymes d'une perte de contrôle par l'enfant.

Publié le 25/09/2020 à 19h48 • Mis à jour le 16/10/2020 à 10h45



France Info Nouvelle Aquitaine (2020)

Développer la pensée critique en déconstruisant ces croyances

- Pourquoi la majorité des jeunes (et des moins jeunes!) ont tendance à surestimer ?



Les 12 séances

Séance 1 Ouvrir Unplugged	Séance 7 Être en confiance – Savoir dire NON
Séance 2 Être ou ne pas être dans un groupe	Séance 8 Briser la glace
Séance 3 Alcool : risque et protection	Séance 9 Info / Intox
Séance 4 Et si c'était faux ?	Séance 10 La force est en nous – Faire face
Séance 5 Tabac, Chicha, que sais-je ?	Séance 11 Trouver des solutions !
Séance 6 Exprime tes émotions	Séance 12 Unplugged awards : fin & suite
Séance 13 optionnelle Les écrans	

Et concrètement ?

- **Formation d'équipe pédagogique et éducative** (direction, professeur-es principaux, enseignant-es, infirmier-es, AS, CPE, Documentaliste, AED...)
 - Invitation pour vos partenaires extérieurs, afin de co-animer (CJC, MJC, Prévention Spécialisée, Parents d'élèves....
- **Livret "clef en main"** à s'approprier en fonction de sa personnalité et de sa classe.
- Sur les **heures de vie de classe** *et/ou* heures de cours (certaines séances sont en lien avec le programme disciplinaires) *et/ou* heures de permanence
- Temps de **préparation** (si possible en équipe) et de **débriefing**

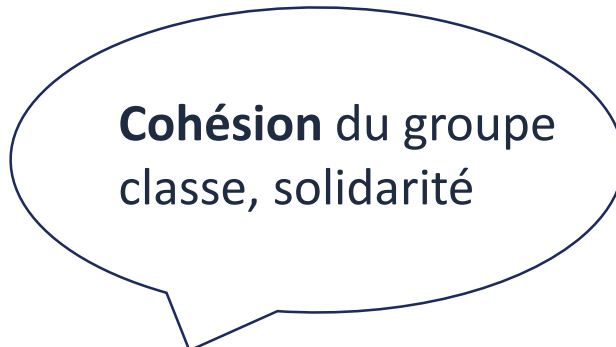
Témoignage sur des évolutions à court terme



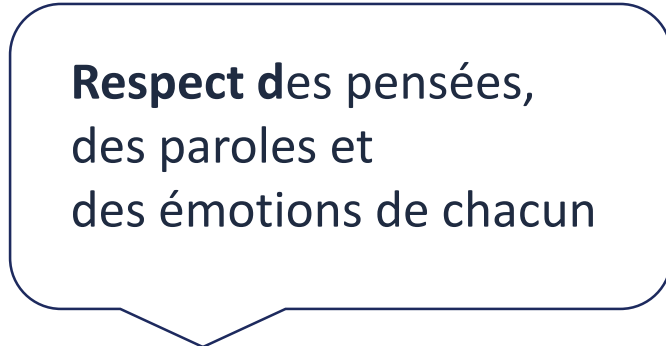
Evolution de la **confiance en eux et en les autres**



Relations de **confiance** entre les « **enseignants-formateurs** » et les **élèves**



Cohésion du groupe classe, solidarité



Respect des pensées, des paroles et des émotions de chacun

En tant qu'enseignant-es: meilleure compréhension du fonctionnement "groupe classe".

VIDEO "Témoignage"