



Evaluation de l'adéquation du langage des pages tabac du site ciao

**Evaluation financée par le Fonds de Prévention du Tabagisme
et menée dans trois cantons romands auprès d'un échantillon de jeunes
de 12 à 17 ans**

Sur mandat donné à la Ligue Valaisanne contre les Toxicomanies
Exécuté par Pascale Schalbetter, lic. es. soc., collaboratrice scientifique LVT et
Alexandre Dubuis, lic. Phil.

TABLE DES MATIERES

INTRODUCTION	2
1^{ERE} PARTIE : COMPARAISON INTER-SITES	4
1. Différents modes d'information et différents styles langagiers	4
Mode d'information « objective »	4
Mode d'information « questions/réponses »	5
Mode d'information « en langage familier »	6
2. Vecteurs de communication	7
2^{EME} PARTIE : LES FOCUS-GROUPS	8
1. Le choix d'une méthode qualitative	8
2. Objectifs des focus groups	8
3. Déroulement type d'un focus group	9
4. Contraintes particulières	9
5. Echantillon	12
6. Connexion internet à domicile et connaissance du site ciao	13
7. Sélection des textes proposés dans les focus groups	13
8. Résultats principaux des focus groups	13
9. Propositions émanant des focus groups	16
CONCLUSIONS	17
BIBLIOGRAPHIE	18
ANNEXES	20
Annexe 1 : textes à l'écran proposés lors des focus groups	21
Annexe 2 : textes sur support papier proposés lors des focus groups	25
Annexe 3 : animation type d'un focus-group	34

INTRODUCTION

Le site internet ciao.ch¹, créé en 1997 par l'Association romande CIAO, a pour objectif principal d'informer les jeunes de 13 à 18 ans sur différents domaines (drogues, sexualité, santé, relations, racisme, violences, formation et travail, etc.). Les informations concernant le tabac (pages tabac) représentent un volet de la rubrique drogues. Pour le développement des pages tabac, le site bénéficie du soutien financier du Fonds de Prévention du Tabagisme (FPT). En 2007, ce dernier a émis le souhait qu'une évaluation des textes des pages tabac soit réalisée. Le mandat a été confié à un organisme externe : la Ligue Valaisanne contre les Toxicomanies (LVT).

1. Contexte du mandat d'évaluation

En 2005, une première évaluation portant principalement sur le profil des utilisateurs des pages tabac et sur la visibilité de celles-ci a été demandée par le FPT. Deux ans plus tard, suite au dépôt d'une nouvelle demande d'aide financière, le FPT a accepté de soutenir l'Association romande CIAO à condition qu'une évaluation externe soit menée. La demande d'évaluation porte sur l'adéquation de la langue choisie par ciao dans ses pages tabac par rapport au groupe cible.

2. Elargissement de la demande initiale

Le rapport d'évaluation ne s'est pas limité à la demande initiale du FPT. En effet, l'évaluation de la perception et de la compréhension des textes ou du langage des pages tabac du site ciao serait quelque peu incomplète si l'on ne tenait pas compte des facteurs qui peuvent influencer ladite perception. Le rapport s'est ainsi penché sur l'appréciation qu'ont les jeunes du site dans sa globalité ainsi que de leur pratique et habitude de surf.

3. Objectifs du rapport

L'évaluation de la partie tabac du site ciao se donne trois objectifs principaux :

- Comparer au niveau du langage le site ciao avec d'autres sites de prévention du tabac.
- Evaluer l'adéquation de la langue choisie de la partie tabac du site ciao par rapport au groupe cible (jeunes de 13 à 18 ans).
- Evaluer la perception des textes informatifs de la partie tabac du site ciao par le public cible.

En ce qui concerne l'adaptation des textes, celle-ci n'entre pas dans le cadre de cette évaluation. Elle se fera par les responsables de l'Association romande CIAO sur la base des résultats de l'étude.

¹ ciao dans la suite du rapport

4. Méthodologie

La comparaison du langage utilisé sur ciao avec d'autres sites s'est faite par différentes analyses de contenu. Les textes de ciao ont été comparés à une sélection de textes provenant d'autres sites francophones de prévention.

L'adéquation de la langue choisie de la partie tabac du site ciao ainsi que sa perception par les jeunes ont été évalués par la méthode des focus groups. Cette méthode permet de connaître le point de vue d'un échantillon représentatif (âges, classes sociales, sexe, lieu de domicile, niveau de formation) du public cible du site ciao.

5. Organisation du rapport

La première partie du rapport propose une comparaison inter-sites.

La deuxième partie se base sur les résultats issus des focus groups afin de mettre en évidence la perception et la compréhension qu'ont les jeunes des pages tabac du site ciao. Les données portant sur l'appréciation globale du site par les jeunes seront également exposées.

En conclusion, le rapport propose des pistes d'amélioration ainsi que des suggestions de modifications, certaines émanant directement des jeunes rencontrés lors des focus groups.

Les résultats plus détaillés des données récoltées lors des focus groups figurent quant à eux en annexes (textes présentés lors des focus groups et mise en évidence des termes ou expressions non compris).

1^{ère} PARTIE : COMPARAISON INTER-SITES

L'évaluation de la perception et de la compréhension « des textes » ou « du langage » des pages tabac du site ciao serait incomplète si l'on ne tenait pas compte des facteurs qui peuvent influencer ladite perception (impression générale portée au site, graphisme, style, etc.). En ce sens, l'analyse inter-sites met en évidence des styles langagiers et des modes de communication très différents d'un site à l'autre.

Pour connaître l'adéquation de la langue choisie par rapport au public cible (13-18 ans), certains extraits de textes du site ciao ont été comparés à ceux d'autres sites similaires. Cette comparaison inter-textes et inter-sites a semblé utile afin de mettre en évidence des différences, mais également des spécificités liées à ciao.

Le choix des sites s'est effectué selon plusieurs critères. Les sites sélectionnés se doivent d'être des sites préventifs, francophones (les comparaisons culturelles et sémantiques sont ainsi facilitées), destinés à un public jeune et traitant de manière générale ou exclusive du tabac. Cinq² sites représentatifs des sites existants, tant au niveau de la forme que du fond, ont été sélectionnés :

<http://www.cirdd-paca.org/metacaal/> (1)

<http://www.lagangallumee.com/anniversaire/> (2)

<http://www.tasante.com/> (3)

<http://www.pataclope.com/>(4)

<http://www.filsantejeunes.com/>(5)

Tout comme les cinq sites susmentionnés, ciao aborde différentes thématiques. Cependant, chaque site a sa spécificité et propose des approfondissements de l'un ou l'autre thème : dépendance, désaccoutumance, tabagisme passif, conséquences esthétiques ou encore manipulations de l'industrie du tabac. Ces deux derniers thèmes sont peu abordés par ciao.

1. Différents modes d'information et différents styles langagiers

Le site ciao dispense des informations de deux manières : soit sous un mode « objectif »³ (information « pure »), soit sous un mode « questions/réponses ». Etant donné la différence de nature de ces deux modes de communication, leur analyse se fera séparément. Le site ciao se distingue également d'autres sites par l'utilisation d'un style langagier spécifique (non familier).

² Par souci de fluidité du texte, en lieu et place du nom du site, est mentionné par la suite uniquement le chiffre correspondant au site (chiffre attribué de manière totalement aléatoire).

³ Information objective signifie dans ce rapport, une information qui se veut générale et se base sur des données scientifiques.

Mode d'information « objective »

Afin d'évaluer le mode d'information « objective », différents textes portant sur le thème de la dépendance ont été comparés, la dépendance étant un thème central en ce qui concerne la problématique du tabagisme.

Concernant le thème de la dépendance et du tabac, le site ciao écrit: « *La nicotine est une substance terriblement accrocheuse : son potentiel addictif est comparable à celui de l'héroïne. La dépendance au tabac est à la fois psychologique, physique et comportementale. Le "seuil de dépendance" varie d'une personne à l'autre et différents critères permettent de diagnostiquer une dépendance aux cigarettes (...)* »⁴. Le site (5) s'inscrit également dans le même style langagier : « *La dépendance est variable d'une personne à l'autre et imprévisible. Ce qui explique pourquoi certains fumeurs contrôlent mieux leur consommation que d'autres, et que la difficulté à s'arrêter est différente selon les gens : il faut comprendre et garder ces variations en tête avant de commencer à fumer. En plus de la dépendance physique, fumer entraîne une dépendance comportementale et gestuelle (prendre une cigarette s'associe à certains moments : l'intercours, le café, la télé ...).* »

Dans son ensemble, le site ciao privilégie l'information objective. Les informations sont données sans s'adresser directement à un internaute, elles se veulent générales et neutres. Le langage utilisé s'approche d'un langage académique (« potentiel addictif »⁵, « apports nicotiques »⁶, « haleine tabagique »⁷, etc.).

Mode d'information « questions / réponses »

A la question : « *Quels sont les effets positifs de la cigarette ?* », ciao répond : « *Bonjour, Il n'y a aucun effet positif de la cigarette. Si à court terme, elle semble calmer l'angoisse, le stress, etc., c'est une illusion : la cigarette vient juste calmer le corps en lui apportant la nicotine dont il a besoin. On parle de l'effet stimulant de la cigarette, il existe, mais la cigarette est également génératrice de sentiments dépressifs et d'angoisse. Et ses effets principaux sont la dépendance et la destruction de la santé peu à peu. 8300 personnes meurent chaque année en Suisse des suites du tabagisme, soit plus de décès que ceux dus aux accidents, aux suicides, aux meurtres, au sida, à l'héroïne, à la cocaïne et à l'alcool réunis* »⁸.

Le mode « questions/réponses » est un mode de communication également choisi par ciao. Si l'on se réfère au texte ci-dessus, on constate que l'information est générale et non personnalisée. Le texte : « Arrêt de tabac et prise de poids »⁹ apporte également une réponse très générale : « *C'est là un grand problème pour beaucoup de personnes (surtout des femmes)* ». La réponse ne s'adresse pas directement à l'interlocutrice. De plus, dans ce texte, la différence de langage est significative entre celui utilisé par la jeune fille dans la question : « B'jour », « J'sais », « Bye » et celui du répondant qui se veut très informatif. La réponse reste très professionnelle.

⁴ Texte 2.5 Tabac et dépendance

⁵ Texte 2.5 Tabac et dépendance

⁶ Texte 2.10.3 Arrêt du tabac et prise de poids

⁷ Texte 2.13.2 Tabac, relations amoureuses et sexualité

⁸ Texte 2.2.1 Le tabac a-t-il des effets positifs?

⁹ 2.10.3

D'autres extraits mettent en évidence une certaine complexité quant aux termes utilisés : « *Tout d'abord certainement que 3 cigarettes par semaine ne te détruisent objectivement pas beaucoup* »¹⁰. En comparaison, le mode « questions/réponses » du site (2) propose des réponses plus simples¹¹. La réponse s'adresse directement à l'internaute, une reformulation de la question est tentée et des mots familiers sont utilisés (« crasse », « pof »). Contrairement à ciao, aucun mot appartenant au vocabulaire médical n'est utilisé.

A l'exception du site (2), les autres sites sélectionnés ne font pas une séparation aussi nette entre le mode questions /réponses et les autres informations dispensées sur le site. Les thèmes abordés sont ainsi souvent amenés de manière indirecte par une question sans qu'elle soit formulée nécessairement par un jeune. De même, des éléments plus théoriques côtoient des informations plus ludiques.

Mode d'information « en langage familier »

Certains sites adoptent un style langagier spécifique, notamment en utilisant des termes issus de l'argot. Ainsi le mot cigarette est remplacé par clope, dépendant par accro. « *A la question pourquoi on devient « accro » à la cigarette ?* », le site (2) apporte les informations suivantes : « *Elle [la nicotine] produit un effet « plaisant » au cerveau sans perturber ton comportement ou tes perceptions. Tu n'es pas « gelé comme une balle » avec des fous rires ou un look « vedge ». Tu ne te mets pas à voir des petits éléphants roses. Tu restes « normal », mais c'est juste en apparence...* ». Le site (2) s'adresse directement à l'internaute par l'utilisation du tutoiement. Il cherche à atteindre le domaine des représentations par l'usage de métaphores. La dépendance est de ce fait davantage illustrée.

D'autres sites, comme le site (1), cherchent également la proximité vis-à-vis de l'internaute. « *Dépendance : « C'est quand on ne peut plus se passer de consommer un produit sous peine de souffrances physiques (le corps réclame le produit à travers des manifestations douloureuses ; cela traduit l'état de manque)* ». Dans cet exemple, le choix des mots interpelle le lecteur, en parlant de souffrance, de ce que chacun a pu, peut être, expérimenter un jour.

¹⁰ Texte 2.5.1 Fumer de temps en temps

¹¹ « (...) Il arrive aussi quand on fume, lors d'une première cigarette par exemple, qu'on tousse violemment lorsqu'on essaye d'avaler la fumée. Cette toux violente peut aussi provoquer une légère douleur aux poumons. (...).

Comparé à d'autres sites et, si l'on s'en tient uniquement au niveau textuel, dans la plupart des cas ciao n'adopte pas un langage familier par l'utilisation de mots tirés de l'argot, d'onomatopées, d'anglicismes ou encore d'abréviations. L'information est pure et dénudée : « *La nicotine est une substance pharmacologiquement active sur le système nerveux central et périphérique. Le fumeur absorbe rapidement la nicotine qui passe dans le sang au niveau des alvéoles pulmonaires, l'effet est ressenti en quelques secondes* »¹². De même, le vocabulaire utilisé nécessite un certain niveau de compréhension de la langue française (« fumée exhalée »¹³, « risques de prématurité »¹⁴, etc.). Enfin, les titres relatifs aux informations sont sobres (« Les effets du tabac »¹⁵, « Tabac et image de soi »¹⁶), si on les compare à d'autres sites (« Fumer nuit grave à ta beauté » (3), « Un visage de momie à l'haleine de phoque » (3)).

2. Vecteurs de communication

Contrairement aux autres sites, ciao propose uniquement des informations sous forme de textes. Les autres sites consultés privilégient quant à eux plusieurs vecteurs de transmission de l'information: films, mises en situation, jeux, musique, etc. Plusieurs sens de l'internaute sont ainsi mobilisés. Les informations sont auditives, visuelles et textuelles. Même si l'évaluation ne porte pas sur la forme du site, il est à relever que beaucoup de sites cités en bibliographie captent les jeunes et les invitent à la curiosité par leur aspect ludique et interactif. En ce sens, ciao s'adresse, semble-t-il, à un public qui cherche une réponse à une question précise. Il se veut une plate-forme d'information interactive (mode « questions /réponses »), ce qui en fait sa spécificité.

Par sa volonté de privilégier les informations de manière objective, ciao a choisi différentes options : graphisme sobre, vocabulaire spécialisé et non familier, style langagier impersonnel. Tous ces éléments concourent à marquer sa différence par rapport à d'autres sites de prévention.

¹² Texte 2.2 Les effets du tabac

¹³ Texte 2.6 Le tabagisme passif

¹⁴ Texte 2.4 Les risques du tabac

¹⁵ Texte 2.2 Les effets du tabac

¹⁶ Texte 2.13.3 Tabac et image de soi

2^{ème} PARTIE : LES FOCUS-GROUPS

La deuxième partie du rapport présente dans un premier temps la méthode utilisée pour évaluer l'adéquation du langage utilisé dans les pages tabac pour et par le public cible. Dans un deuxième temps sont exposés les principaux résultats de l'analyse. Sont regroupées les données concernant :

- la perception de l'ensemble de la classe par rapport aux textes présentés à l'écran
- la perception plus individuelle des textes reproduits sur des supports papier

En annexes (1 & 2) sont présentés *in extenso* les 18 textes proposés lors des focus groups ainsi que le listing des mots incompris pour chaque texte.

1. *Le choix d'une méthode qualitative*

Pour évaluer les pages tabac du site ciao, la méthode choisie a été celle du focus group (FG). Elle consiste à recruter un nombre représentatif de personnes afin de former des groupes d'une dizaine de personnes. Cette méthode est particulièrement appropriée lorsque des informations de nature qualitative sont recherchées (point de vue de personnes, critiques, impressions, etc.). Contrairement aux entretiens collectifs, elle présente l'avantage de favoriser les échanges entre participants. Enfin, les FG permettent, entre autre, de connaître la perception *in situ* aussi bien du site que du contenu des textes.

Au total, huit FG ont été animés par deux chercheurs. L'un d'eux a joué le rôle de facilitateur (chercheur engagé) en guidant et relançant la discussion, tout en veillant à ne pas prendre position. Le deuxième chercheur a, quant à lui, endossé le rôle d'observateur et de garant du cadre temporel.

2. *Objectifs des FG*

Les objectifs des FG sont les suivants :

- Connaissance de la perception générale du site.
- Connaissance de la perception des textes informatifs de la partie tabac du site ciao.
- Connaissance de l'usage pratique que les jeunes font du site.
- Connaissance du contexte dans lequel les jeunes sont susceptibles de surfer sur le site.

3. Déroulement type d'un focus group

Les FG ayant lieu dans un cadre scolaire, les chercheurs ont dû respecter les horaires de cours. La durée des FG a de ce fait varié entre 45 et 60 minutes. Voici le déroulement type de chaque FG (voir annexe 3)

1. *Accueil, introduction* : Après une brève présentation des chercheurs et de la démarche, les jeunes répondent à plusieurs questions afin de récolter des données objectives (âge, sexe, domicile, connexion internet à domicile, connaissance du site ciao).
2. *Mise en situation* :
 - Les jeunes ont pour consigne de surfer pendant quelques minutes sur le site. Leur 1^{ère} impression quant à différents éléments (graphisme, interactivité, moteurs de recherche, etc.) leur sont demandés.
 - Les jeunes sont invités ensuite à se rendre sur les pages tabac. Quatre textes issus du site leur sont proposés :
 - 2 textes sont lus directement à l'écran (voir annexe 1). Il s'ensuit une restitution en groupe des premières impressions
 - 2 textes imprimés sur un support papier sont lus individuellement (voir annexe 2). Ce procédé a l'avantage de rendre l'animation plus variée mais permet également de limiter l'influence des pairs. De manière anonyme, chaque élève a ensuite reçu pour consigne d'entourer les mots difficiles qu'il ne comprend pas. La compréhension de certains termes a également été spontanément vérifiée par l'un des chercheurs.
3. *Clôture du FG* : les chercheurs donnent quelques indications quant à l'utilisation des données récoltées (utilité, suite donnée, etc.) et remercient les participants en leur remettant un petit cadeau (tee shirt, gourde, bloc notes, etc.)

4. Contraintes particulières

Influence des pairs

Durant les FG, les jeunes donnent leur opinion oralement, devant les autres membres du groupe. Ce procédé, comme dans toute recherche en groupe, est influencé par certains facteurs inhérents à la vie de tout groupe : pression du groupe, présence de leaders, etc.

Dans ce contexte, il n'est pas toujours aisé de dire (d'avouer) devant ses copains qu'on ne comprend pas tel ou tel terme, voire de prendre la parole à ceux qui monopolisent l'attention. Pour atténuer ces biais, le chercheur engagé demande l'avis de personnes plus réservées, moins disposées à prendre la parole et interroge directement un élève sur la compréhension d'un mot du texte.

Problème de contingences

Des problèmes de contingences ont été rencontrés durant la mise sur pied des focus groups : nombre insuffisant d'ordinateurs, impossibilité d'accéder au site ciao en raison de filtre de sécurité. Ainsi, dans un établissement (Ecole professionnelle de Sion), il a été impossible de réaliser le FG malgré deux tentatives. Il est à relever en outre que le nombre idéal de participants de 6 à 15 membres n'a pas toujours pu être respecté.

Malgré ces éléments, il faut souligner la motivation des jeunes à se soumettre à un exercice qui ne leur est pas familier. Comme l'ont relevé certains élèves, l'habitude de « zapper », de « consommer » sans trop se poser de questions jalonne leur vie quotidienne alors que lors des focus groups, les élèves ont dû adopter une posture critique et proposer des améliorations.

5. Echantillon

Tableau 1 : Echantillon

		Valais			Neuchâtel		Genève		Total (%)
		Ecole métiers Sion	Semestre motivation Sion	Cycle d'orientation Grône (3 ^{ème} année)	Collège du Val de Travers (1 ^{ère} année) I	Collège du Val de Travers (1 ^{ère} année) II	Collège Sismondi (1 ^{ère} année) I	Collège Sismondi (1 ^{ère} année) II	
Age	12-13			2	16	21			39 (33)
	14-15	4		17			14	19	54 (46)
	16-17	8	8	1			3	5	25 (21)
Sexe	Filles	3	5	10	9	9	5	12	53 (45)
	Garçons	9	3	10	7	12	12	12	65 (55)
Domicile	Ville	4	4	1			17	24	50 (42)
	Campagne	8	4	19	16	21			68 (58)
Nombre d'élèves	Total	12	8	20	16	21	17	24	118 (100)

Au total, 132 élèves ont été rencontrés lors des 8 focus-groups organisés en Valais, à Neuchâtel et à Genève. Cependant, en raison de contingences informatiques, un focus group organisé avec une classe de 14 élèves (âgés de 17 à 22 ans) a dû être annulé. Ainsi, 118 élèves ont participé à cette évaluation. La part d'élèves représentée dans les trois cantons est pratiquement identique : Valais (34%), Genève (34%) et Neuchâtel (32%).

Il est à signaler qu'en Valais l'accès à la population a été facilité : les directions d'établissement dépendent des communes et non des instances cantonales. En revanche, dans les cantons de Genève et de Neuchâtel les autorisations ont été délivrées respectivement par la direction cantonale de l'école post-obligatoire et de l'école obligatoire. Dans le canton de Neuchâtel, la direction cantonale nous a proposé un établissement situé en périphérie. Il en résulte une surreprésentation des zones rurales (58% contre 42% en zones urbaines). Les différents niveaux de scolarité obligatoire et post-obligatoire ont été couverts¹⁷. La tranche d'âge de l'échantillon varie entre 12 et 17 ans, les 14-15 étant majoritaires (46%). Les garçons sont également surreprésentés dans l'échantillon (55 % contre 45% de filles).

¹⁷ des différences cantonales se traduisent dans les dénominations : Collège dans le canton de Genève désigne l'école post-obligatoire, alors que dans le canton de Neuchâtel il désigne l'école obligatoire.

6. Connexion internet à domicile et connaissance du site ciao

Avant d'entrer dans l'analyse des données, il paraît nécessaire de relayer deux données obtenues lors des FG : la connexion internet à domicile et la connaissance préalable du site ciao par les jeunes de l'échantillon.

Tableau 2 : Connexion internet à domicile et connaissance du site ciao

		Valais			Neuchâtel		Genève		
		Ecole métiers Sion	Semestre motivation Sion	Cycle d'orientation Grône (3 ^{ème} année)	Collège du Val de Travers (1 ^{ère} année) I	Collège du Val de Travers (1 ^{ère} année) II	Collège Sismondi (1 ^{ère} année) I	Collège Sismondi (1 ^{ère} année) II	
Connexion internet (à domicile)	Oui	12	6	20	15	20	16	24	113 (96%)
	Non	0	2	0	1	1	1	0	5 (4%)
Connaissance du site ciao.ch	Oui	6	2	2	1	0	3	1	15 (13%)
	Non	6	6	18	15	21	14	23	103 (87%)
	A surfé sur le site	1	1	0	0	0	1	0	3 (3%)

Pratiquement tous les jeunes interrogés disposent d'une connexion internet¹⁸ à domicile. Par rapport au site ciao, seulement 15 jeunes interrogés sur les 118 rencontrés (12.7%) ont entendu parler du site (dans les médias, la radio), mais seulement trois d'entre eux y ont surfé. Cette donnée est importante pour l'analyse. Elle signifie que la grande majorité des jeunes rencontrés n'ont pas d'a priori concernant le site et son contenu. Les données issues des FG se basent de ce fait sur les premières impressions qu'ont les jeunes du site.

¹⁸ Environ le tiers d'entre eux surfent en moyenne au moins une heure par jour

7. *Sélection des textes proposés dans les FG*

En annexe sont répertoriés l'ensemble des 18 textes proposés aux jeunes dans le cadre de cette évaluation. Figurent également les éléments significatifs pour chaque texte, notamment le listing des mots non compris par les jeunes.

8. *Résultats principaux des Focus Groups*

En règle générale, les FG ont mis en évidence une certaine complexité quant aux choix des mots utilisés dans les pages tabac du site ciao. Les jeunes ont en effet trouvé certains textes « compliqués » ou « trop scientifiques ». Cette remarque est apparue indépendamment du niveau de formation ou de l'âge des participants. En outre, il est apparu que très souvent les jeunes pensent connaître la signification de tel ou tel mot, ce qui ne s'avère pas toujours être le cas après vérification.

Utilisation d'un vocabulaire spécialisé

Parmi les mots non compris par les jeunes, plusieurs revêtent une importance particulière dans la problématique du tabac (sevrage, tabagisme, dépendance) alors que d'autres apparaissent comme étant secondaires (carboxyhémoglobine).

Ces mots peuvent être regroupés selon les thèmes suivants :

- composition de la cigarette : additifs, liants, humectants, etc.
- substances contenues dans la fumée de cigarette : monoxyde de carbone, oxyde, etc.
- dépendance : sevrage, nicotine, tabagisme¹⁹, etc.
- santé : cardio vasculaire, muqueuse, etc.
- vocabulaire spécialisé : pharmacologiquement, dopamine, carboxyhémoglobine, fumée exhalée, cyanhydrique, etc.

La complexité de certains termes a très vite été soulignée par les jeunes. Ceux-ci ont relevé en outre que l'utilisation de mots scientifiques, spécialisés, peut les décourager à poursuivre la lecture. Les jeunes regrettent à ce sujet que le site ne propose pas un lexique, un dictionnaire qui permettraient rapidement de connaître la signification des termes complexes. Seul un texte soumis aux jeunes proposait une explication des termes²⁰. Cependant, comme les explications renvoyaient à la lecture d'autres textes, les jeunes se sont montrés peu enclins à découvrir la signification des termes soulignés.

Cependant, il faut relever que l'utilisation d'un vocabulaire spécialisé a fait l'objet de réactions contrastées au sein des FG. Si ce vocabulaire ne semble pas les inviter à poursuivre la lecture, il reste toutefois un gage de confiance. Tous les jeunes s'accordent d'ailleurs sur le sérieux et le professionnalisme du site.

¹⁹ Il est surprenant de constater que ce terme a été relevé plusieurs fois.

²⁰ Texte 2 - Tabac: les modes de consommation (2.3)

Complexité des termes utilisés

Après vérification, plusieurs notions spécialisées comme « seuil de dépendance »²¹, « potentiel addictif »²² n'étaient pas comprises par les jeunes. De même, certains termes comme : « sécrétion d'insuline »²³, « caillots de sang »²⁴ ont révélé de faibles connaissances de base portant sur la santé. Une fois de plus, il a été mis en lumière la nécessité d'un dictionnaire en ligne, voire d'une encyclopédie pour combler d'éventuelles lacunes.

Il est à noter qu'une seule phrase d'un texte a été entourée par un jeune: « *Le tabac possède des milliers de composants, dont la nicotine qui possède un effet éveillant, antidépresseur et coupe-faim, et les goudrons* »²⁵. Il est vrai que cette phrase juxtapose plusieurs éléments et peut nécessiter une relecture afin d'en assimiler le contenu. La juxtaposition des éléments dans un même paragraphe a été relevée également par des jeunes comme amenant une certaine confusion au texte.

Différence entre mode « questions réponses » et mode « objectif »

Les jeunes interrogés préfèrent le mode « questions /réponses » au mode « objectif » et cela à l'unanimité. Les jeunes se sentent davantage concernés: « *C'est le problème d'une personne, si plusieurs ont ce problème, ça touche plus !* ». Il est intéressant de relever que dans ce mode de transmission de l'information « questions /réponses », les mots non compris interfèrent moins sur la lecture et la compréhension générale du texte.

Compréhension globale des textes

Dans l'ensemble, les mots non compris ne constituent pas un frein à la compréhension globale des textes. Une seule classe a eu une interprétation qui s'éloigne du message que voulait transmettre un texte²⁶, sans que cela puisse être attribué au vocabulaire spécialisé.

Il ressort également des FG que certains éléments de présentation du texte rendent complexe la synthèse de ceux-ci : texte très condensé, petites polices d'écriture, etc. Les jeunes ont dans ce cas de la difficulté à faire ressortir l'idée maîtresse du texte. Il en résulte de la difficulté à :

- faire une lecture rapide des textes
- résumer le texte
- reformuler le message du texte

²¹ Texte 7- Tabac et dépendance (2.5)

²² Texte 7- Tabac et dépendance (2.5)

²³ Texte 4 - Arrêt de tabac et prise de poids (2.10.3)

²⁴ Texte 11 -Tabac, relations amoureuses et sexualité (2.13.2)

²⁵ Texte 4 - Arrêt de tabac et prise de poids (2.10.3)

²⁶ Texte 4 - Arrêt de tabac et prise de poids (2.10.3)

Cela est valable aussi bien pour le mode objectif que pour le mode « questions /réponses ». Dans ce dernier, les jeunes redonnent souvent, en lieu et place du sens du texte, la question de manière littérale. Pour les textes du mode « objectif », le sens se voit souvent réduit à : « *Ce n'est pas bon de fumer* » même si le texte ne fait pas mention de ce slogan.

Ce constat amène à aborder des éléments plus généraux relevés également par les jeunes interrogés. Éléments qui influent sur la perception des textes.

Remarques globales sur le site

Les FG ont mis en évidence que le site offre une grande quantité **d'informations**. Les jeunes interrogés se disent souvent désemparés pour sélectionner les informations nécessaires dans le texte, mais aussi pour se retrouver dans les pages tabac. Un élève relève qu'il est difficile de s'y retrouver pour chercher les informations, tant les moteurs de recherche internes au site sont nombreux (rubriques, OCIA, recherche, onglets).

OCIA a souvent été associée à une fenêtre publicitaire, comme si elle ne faisait pas partie intégrante du site. Elle a d'ailleurs fait l'objet de réactions très contrastées. Si certains apprécient de pouvoir échanger avec une personne neutre, beaucoup considèrent ce personnage comme peu accueillant et peu attrayant.

La sobriété du site est souvent relevée par les jeunes interrogés comme étant un frein. La prédominance de l'information relevée plus haut dans le site se traduit par des textes qualifiés de longs. De même les tailles des polices d'écritures sont jugées trop petites.

Sobriété du graphisme du site : les jeunes relèvent le côté trop sérieux du graphisme. Les couleurs sont considérées comme étant ternes ce qui rend le site, à leurs yeux, triste. Cette sobriété contraste avec le style de site que les jeunes disent fréquenter habituellement (you tube, blogs, sites avec des animations flash, etc.), sites qui proposent différents vecteurs de communication. Comme le souligne le rapport intitulé *Les jeunes et internet 2006*²⁷ (Québec), les jeunes surfent sur Internet en écoutant de la musique ou même en téléphonant. Internet est vu essentiellement comme un moyen de divertissement.

²⁷ LES JEUNES ET INTERNET : 2006 (Appropriation des nouvelles technologies), rapport final de l'enquête menée au Québec, Mars 2007, disponible en ligne sur : <http://www.infobourg.com/data/fichiers/156/Les%20Jeunes%20et%20Internet%202006.pdf>, p.34.

9. *Propositions émanant des FG*

Durant les FG, plusieurs propositions d'amélioration ont été émises par les jeunes eux-mêmes. Voici les principales suggestions récoltées :

- **site général**
 - épurer les informations sur la page d'accueil
 - ajouter un titre au site (celui-ci existe « le site d'info pour les ados » mais il n'est pas mis en évidence)
 - adopter un graphisme moins sobre (couleurs plus vives)
 - privilégier un seul moteur de recherche ou une seule série de rubriques
- **pages tabac :**
 - proposer des textes moins denses avec une police d'écriture plus grande
 - insérer des titres accrocheurs, des slogans
 - proposer un lexique pour les mots compliqués

CONCLUSIONS

L'analyse inter-sites a montré certaines spécificités de ciao. Contrairement à d'autres sites de prévention, ciao privilégie le mode d'information « objective ». L'information y est donnée uniquement sous forme de textes. Elle se veut générale et s'adresse à tous les internautes. Le vocabulaire utilisé peut être qualifié de recherché, de scientifique, voire presque académique.

Le mode « questions / réponses » de ciao s'inscrit également dans un mode objectif. Ciao se distingue ainsi d'autres sites qui adoptent un langage familier et qui ont recours à d'autres supports pour véhiculer l'information (clips vidéos, photos, etc.).

Les Focus Groups confirment certains constats émis lors de l'analyse inter-sites. Ils mettent en évidence l'influence de certains éléments (internes ou externes) sur la perception des textes : la complexité du vocabulaire, l'absence de lexique ou de dictionnaire en ligne, la sobriété du graphisme, la grande quantité d'informations à disposition, la longueur des textes ainsi que la petite taille de police d'écriture. Il est à relever également que depuis la création de ciao, les habitudes de surf des jeunes sur le net ont évolué. Les jeunes interrogés utilisent internet comme un moyen ludique. Ils affectionnent tout particulièrement les sites qui mobilisent plusieurs sens (vue, ouïe).

Sur la base de ce rapport, des suggestions peuvent être faites dans le but d'améliorer l'adéquation du langage utilisé dans les pages tabac par rapport au public cible, tout en gardant la qualité informative des textes: adopter un vocabulaire simplifié, proposer un lexique pour les mots complexes, insérer des titres accrocheurs pour scander le texte, réduire la taille des textes, augmenter les polices d'écriture, utiliser des supports de communication variés (clips vidéos, photos, etc.). Des suggestions quant au site dans sa globalité peuvent également être proposées: rendre le site plus ludique, travailler sur un graphisme plus engageant (couleurs vives), privilégier un seul moteur de recherche.

Il convient de relever que les jeunes rencontrés durant les Focus Groups ont remarqué et apprécient qu'une équipe de professionnels alimentent et gèrent le site, contrairement à certains blogs qu'ils ont l'habitude de visiter. Les informations lues sont ainsi considérées comme fiables et exhaustives. Elles répondent aux questions qu'ils se posent. Les jeunes se sentent ainsi en confiance. Même si le vocabulaire utilisé est parfois considéré comme complexe, cela n'altère en rien la compréhension globale qu'ont les jeunes des textes lus sur le site.

La diversité des thèmes proposés par ciao aussi bien sous le volet drogues que sous les autres thématiques est également mise en évidence par les jeunes comme étant un atout du site. La lecture des principaux sujets abordés par ciao a motivé plus d'un jeune à surfer à nouveau sur le site afin d'en savoir un peu plus sur le sujet. A la différence de sites consacrés exclusivement au tabac, ciao permet ainsi d'atteindre des jeunes qui cherchent des informations de tout genre. Enfin, la richesse du site tient également au fait que des liens sont faits entre les thématiques (exemple : sexualité / tabac), ce qui constitue sans conteste un autre point fort de ciao.

BIBLIOGRAPHIE

Ouvrages

BARDIN L., *Analyse de contenu*, PUF, Paris, 2001

CATTERALL M. & MACLARAN P., “Focus group data and qualitative analysis programs”, *Sociological Research Online*, vol.2, n°1, 1997.

GOULD M.-S., (Dir.) “*Seeking Help From Internet During Adolescence*” in *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry Volume 41(10)*, October 2002, pp.1182-1189.

MAYER R., (Dir.) *Méthodes de recherche en intervention sociale*, Gaëtan Morin, Québec, 2000.

REINERT B., CARVER V., RANGE M., “Anti-Tobacco Messages from different sources make a difference with secondary school student” in *Public Management Practice*, 2004, 10 (6), pp. 518-523.

SHARKEN S.-J., “How to conduct a focus group”, Los Angeles, The Grantsmanship Center, Magazine n°9.

Rapports

BALTHASAR H., SAMITCA S., URFER A., ZOBEL F., DUBOIS-ARBER F., Evaluation de l'Association romande Ciao et de www.ciao.ch site d'information pour les adolescents, Lausanne, Institut universitaire de la médecine sociale et préventive, 2006 (Raisons de santé 124).

GYGAX P. & BOSSON M., Revue de la littérature : messages de prévention du tabagisme : formulation et pertinence, Université de Fribourg, (en préparation juin 2007)

LES JEUNES ET INTERNET : 2006 (Appropriation des nouvelles technologies), rapport final de l'enquête menée au Québec, Mars 2007, disponible en ligne sur :

<http://www.infobourg.com/data/fichiers/156/Les%20Jeunes%20et%20Internet%202006.pdf>

Bibliographie électronique

Tabac prévention jeunes: http://www.codes93.org/pdf/biblio_tabac_jeune.pdf

Webographie

Sites francophones

<http://www.cirdd-paca.org/metacaal/> (1)

<http://www.lagangallumee.com/anniversaire/> (2)

<http://www.tasante.com/>(3)

<http://www.pataclope.com/>(4)

<http://www.filsantejeunes.com/>(5)

<http://www.vivajeunes.org>

<http://www.nuitgrave.ch>

http://www.quit4life.com/index_f.asp

http://www.tabac-info-service.fr/fr/homepage/index_flash.htm

<http://www.ciao.ch>

<http://www.klopobek.fr/index2.php>

<http://www.letabagismepue.com/home.html>
<http://blog.globalink.org/boucher.php>
<http://www.educationetsante.ch/dyn/78090.asp>
<http://www.toxic-corp.fr/area/index.htm>
http://www.cyes.info/cirdd/tabac/quizz_tabac.php
<http://blog.jamaislapremiere.com/>
<http://www.rhone.fr/noheto/statique/cgj/tabac/index.htm#>
<http://www.defacto.ca/>
<http://webetab.ac-bordeaux.fr/Primaire/sante/index.htm>
<http://www.beee.ch/>

Sites germanophones

<http://www.schlau-du-au.ch/>
<http://www.feelok.ch/>

Sites anglophones

http://www.aadac.com/flash/Arcadia/gamesactivities/whats_in_a_cigarette/garage/flash.asp
<http://www.vie100fumer.com/>
<http://www.stupid.ca/>
<http://www.getoutraged.com/>

Annexes

Textes distribués lors des Focus Groups

Annexe 1. : textes à l'écran	21
Texte 1 – Vous avez dit tabac ? (2.1)	21
Texte 2 – Tabac : les modes de consommation (2.3)	22
Texte 3- Je fume : comment en parler à mes parents (2.12)	23
Texte 4 – Arrêt de tabac et prise de poids (2.10.3)	24
Annexe 2. : textes papier	25
Texte 5 – Les composantes des cigarettes (2.1.2)	25
Texte 6 – Les effets du tabac (2.2)	25
Texte 7 – Tabac et dépendance (2.5)	26
Texte 8 – Le tabagisme passif (2.6)	26
Texte 9 – Mélanges et comparaison entre les produits (2.9)	24
Texte 10 – Impact du tabac sur nos vies (2.13)	27
Texte 11 – Tabac, relations amoureuses et sexualité (2.13.2)	28
Texte 12 – Actions sur le système nerveux (2.2.2)	28
Texte 13 – Cigarettes et additifs – pourquoi ? (2.3.1)	29
Texte 14 – Nocivité du tabac à rouler (2.3.2)	30
Texte 15 – Les risques du tabac (2.4)	31
Texte 16 – Cigarette et sport (2.4.5)	32
Texte 17 – Symptômes de manque (2.5.2)	33
Texte 18 – Fumée passive et dépendance (2.6.2)	33
Annexe 3. : animation type des focus groups	34

Dans les annexes ci-dessous, l'option a été prise de mettre en surbrillance les mots incompris par les jeunes interrogés lors des focus groups.

Annexe 1. : Textes à l'écran

Dans chaque focus group, les jeunes étaient invités à lire deux textes directement à l'écran. Ces textes lus à l'écran ont donné des éléments sur la perception de l'ensemble de la classe par rapport aux textes des pages tabac, voire la perception de plusieurs classes sur le même texte.

Texte 1 - Vous avez dit tabac ? (2.1)

Le texte a été présenté à 6 focus groups

Le tabac appartient à la famille des **solanacées** comme la pomme de terre, la tomate, l'aubergine ou le piment. Le tabac est riche en un **alcaloïde** faiblement **psychoactif**, la nicotine. Originaire d'Amérique, le tabac est aujourd'hui cultivé dans le monde entier. Il faut de 3 à 5 mois entre la plantation et la récolte. Une fois récoltées, les feuilles de tabac sont séchées et triées. Le tabac est ensuite soumis à **fermentation**, haché, mélangé à d'autres tabacs et à de nombreux **additifs** avant d'être conditionné sous forme de cigarettes.

- Alcaloïde et psychoactif ne sont pas compris par les 6 classes
- Solanacées et additifs ne sont pas compris par 4 classes
- Remarque des jeunes : texte facile à lire mais difficile à comprendre (mots compliqués)
- Au niveau de la compréhension : aucune différence ne peut être relevée par rapport au niveau de formation ou par rapport à l'âge.
- Les jeunes retiennent du texte : « Ce n'est pas bon de fumer ».

Texte 2 - Tabac : les modes de consommation (2.3)

Ce texte a été présenté à une seule classe.

Le tabac peut être chiqué, prisé, fumé ou simplement mis dans la bouche (snus). Le risque de dépendance à la nicotine reste le même, quel que soit le mode de consommation utilisé – et chaque mode de consommation comporte des risques pour la santé (cancers).

Le tabac est fumé sous forme de pipes, cigares ou cigarettes, ainsi qu'en utilisant un narguilé ou shisha. Les fumeurs de pipe et de cigare échappent aux problèmes liés à l'inhalation de la fumée dans les poumons puisqu'ils n'avalent pas la fumée, mais les risques de cancers des lèvres, de la langue et du pharynx sont importants. Les chercheurs admettent également dans cette catégorie à pathologie moindre les fumeurs de cigarettes qui n'avalent pas la fumée : il y a une diminution mais non une annulation des risques. Rouler soi-même ses cigarettes ne met pas à l'abri des risques de dépendance et des risques pour la santé.

De plus en plus de fumeurs s'intéressent au narguilé, aussi appelé shisha, pipe à eau, hookah, hubble bubble. Ses partisans relèvent son côté convivial et pensent souvent que la fumée ainsi produite est moins nocive que celle de la cigarette... ce qui est faux, sans compter que la pipe à eau est fumée dix fois plus longtemps qu'une cigarette : l'organisme est donc en contact beaucoup plus longtemps avec les composants nocifs du tabac. Pour plus de détails, clique [ici](#).

Certains prisent ou «sniffent» (c'était un mode de consommation très prisé des classes supérieures de la société durant les siècles passés) c'est à dire inhalent par le nez de petites quantités de tabac en poudre très fine, souvent aromatisé. D'autres consomment du snus : pâte de tabac dont on forme des boulettes, ou petits sachets préparés, que l'on glisse entre les lèvres et les gencives (on peut relier cela à l'ancienne habitude des classes populaires de chiquer, c'est à dire mâcher et recracher le tabac). Avec le snus on ne mâche pas, mais dans les deux cas, on avale du «jus de tabac». Le snus nous vient du nord de l'Europe et sa vente est interdite en Suisse. Ces modes de consommation présentent également des risques puisque l'on retrouve certains produits toxiques qui seront absorbés par la muqueuse de la bouche plutôt que celle des poumons.

- Aucun mot n'a été relevé comme étant incompris
- Les remarques concernent la présentation :
 - texte trop long
 - taille de la police d'écriture trop petite
 - paragraphes confus
- Manque un dictionnaire
- Bonne compréhension du texte : « Pas bon pour la santé », « quelque soit la façon de prendre du tabac, c'est mauvais ».

Texte 3 - Je fume : comment en parler à mes parents ? (2.12)

Trois classes de notre échantillon se sont prononcées sur ce texte

Bonjour,

Je fume depuis 3 ou 4 mois 5 à 6 cigarettes par jour et je voudrais l'annoncer à mes parents avant qu'ils ne le découvrent par eux-mêmes mais je ne sais pas comment le leur annoncer... Pourriez vous me donner quelques conseils?

Merci d'avance.

Réponse

Salut!

Je crois que c'est une bonne démarche de décider d'informer tes parents de ta consommation plutôt que d'attendre qu'ils la découvrent eux-mêmes et qu'ils soient déçus que tu ne leur fasses pas confiance.

Mais comment leur dire? Je ne connais pas tes parents, je ne sais pas s'ils sont eux-mêmes fumeurs, ex-fumeurs, non-fumeurs, s'ils ont des idées très claires sur ce que devrait être ton comportement vis-à-vis du tabac. Je peux imaginer qu'ils s'attendent à ce que tu essaies une fois, car la plupart des jeunes essaient la cigarette... même si tous ne continuent pas ensuite.... et peut-être que pour en discuter avec eux, tu devrais déjà être au clair avec toi sur pourquoi tu fumes, pourquoi après avoir essayé, tu fumes depuis quelques mois plusieurs cigarettes par jour, comment tu imagines la suite, quelles sont les limites que tu te mets...

Je peux imaginer que la première réaction de tes parents sera la peur : tes parents ne veulent pas que tu meurs du tabac, ne te souhaitent pas que tu en sois malade, dépendante... Tu dois donc t'attendre à ce qu'ils réagissent avec émotion, en fonction de leur peur... peut-être que leur première réaction sera de t'interdire de continuer, de vouloir te faire arrêter à tout prix...

Je crois que ce qui est important c'est que vous puissiez en parler. Tu auras tes arguments, ils auront les leurs et vous pourrez en parler ensemble... Donc pour pouvoir leur en parler il faut que tu prévoies un moment où vous serez tranquilles pour pouvoir en parler. A toi de décider s'il est judicieux de leur parler aux deux ensemble ou de leur en parler individuellement? Je pense que tu dois dire les choses comme elles sont, leur dire tout d'abord que tu ne savais pas comment leur en parler, que c'est une démarche que tu **appréhendes** mais que tu souhaites qu'ils puissent avoir confiance en toi et que c'est pour cela que tu préfères leur en parler plutôt qu'ils l'apprennent par d'autres (peut-être se doutent-ils déjà de quelque chose : odeurs, cendres,...).

Voilà quelques pistes... Si tu veux, on en reparle après? A bientôt, ciao!

- Texte facile à lire
- Un seul verbe est relevé par une classe (« appréhendes »)
- Le mode « questions /réponses » leur permet de se mettre à la place de celui (celle) qui a posé la question

Texte 4 – Arrêt de tabac et prise de poids (2.10.3)

Trois classes de notre échantillon ont donné leur avis sur ce texte

Question

B'jour.

J'éprouve un zeste de crainte. Je suis parvenue à arrêter de fumer des cigarettes. Mais j'ai aussi une boulimie. Est-ce normal de manger "plus que d'habitude" (je ne me réfère pas à mes TCA) à la suite du manque de cigarettes ? J'sais pas si j'ai posé une question très claire...

Je ne veux pas passer d'une dépendance à une autre, si j'ose dire...

BYE: merci d'avance.

Réponse

Bonjour!

Je te rassure: oui c'est tout à fait normal d'avoir envie de manger plus lorsqu'on arrête de fumer. C'est le cas pour de nombreuses personnes. En réalité, la nicotine augmente la dépense énergétique de l'organisme : 30 cigarettes par jour engendrent une dépense de 300 calories en moyenne. Se sevrer de nicotine a plusieurs conséquences; il entraîne une baisse des dépenses énergétiques mais aussi une modification de la sécrétion d'insuline : cela a pour conséquences entre autres un retard d'apparition de la sensation de satiété et donc une augmentation de l'appétit. Cela provoque une augmentation des apports caloriques de l'ordre de 400 à 500 calories par jour, et donc une prise de 2 à 3 kilos en moyenne - **qui est momentanée!**

De plus, le fait d'arrêter de fumer peut induire l'apparition de troubles du comportement alimentaire qui se traduisent justement par des fringales, des pulsions à vouloir manger du sucré, etc. Le fait d'avoir un appétit plus grand est donc tout à fait normal.

Et c'est là un grand problème pour beaucoup de personnes (surtout les femmes) car la prise de poids (qui est **momentanée**) devient alors un frein à l'arrêt du tabagisme ou un facteur de rechute. C'est pour cela qu'il est entre autre recommandé de pratiquer une activité physique ou d'avoir recours aux apports nicotiques (patch) dans un premier temps.

Le risque de prendre un peu de poids existe donc mais il est certainement moins néfaste que de vouloir continuer à fumer! Alors bravo pour ta décision et bonne persévérance, salut!

- Les trois classes ont buté sur l'abréviation TCA (non explicitée) et sur le terme sécrétion d'insuline.
- Une seule classe n'a pas compris les termes suivants : sevrer, satiété, fringales, apports nicotiques.
- A la lecture de la réponse, une classe a compris « qu'il est préférable de continuer à fumer »

Annexe 2. : Textes papier

Après les textes à l'écran, deux textes du site ciao reproduits sur un support papier sont remis à chaque participant. Chaque élève a pour consigne d'entourer les mots difficiles qu'il ne comprend pas. Les mots incompris sont mis en surbrillance ci-après. Chaque texte papier a été soumis à une seule classe.

Texte 5 – Les composants des cigarettes (2.1.2)

Impossible de citer toutes les substances composant le tabac puisqu'on estime que la fumée est composée de plus de 4'000 substances différentes - et parmi celles-ci au moins 40 peuvent provoquer le cancer. Certaines sont contenues dans la cigarette lorsqu'elle est encore éteinte (c'est le cas par exemple de la nicotine, des additifs...), d'autres sont dégagées lors de la combustion (monoxyde de carbone...) et d'autres proviennent de la combinaison de substances lorsque la cigarette se consume. Les principales substances sont :

- la nicotine responsable de la dépendance physique au tabac, c'est un poison violent puisque 2 gouttes sur la langue d'un chien suffisent pour le tuer;
- l'oxyde de carbone qui se fixe sur les globules rouges du sang en prenant la place de l'oxygène, diminuant jusqu'à 15% la quantité d'oxygène véhiculé par le sang dans l'organisme;
- les substances irritantes qui détériorent la muqueuse respiratoire;
- les goudrons qui sont les principaux responsables des cancers liés au tabagisme.

Sur les 20 élèves :

- Monoxyde et oxyde ont été soulignés par 8 élèves
- Muqueuse par 7 élèves
- Additifs par 6 élèves
- Tabagisme par 4 élèves
- Nicotine par 4 élèves
- Goudrons par 2 élèves

Texte 6 – Les effets du tabac (2.2)

La nicotine est une substance pharmacologiquement active sur le système nerveux central et périphérique. Le fumeur absorbe rapidement la nicotine, qui passe dans le sang au niveau des alvéoles pulmonaires, l'effet est ressenti en quelques secondes. La nicotine peut maintenir éveillé en cas de fatigue, elle peut avoir un effet calmant en cas d'anxiété ou lorsque l'on est légèrement tendu. Fumer peut donc aussi bien stimuler que décontracter. Mais l'effet est de courte durée et conduit à répéter la consommation.

Beaucoup de fumeurs pensent que fumer des cigarettes leur permet de mieux contrôler le stress. En fait c'est le contraire qui est vrai. La dépendance à la nicotine est source de stress : après avoir fumé, le taux de nicotine dans le sang diminue rapidement et le fumeur régulier développe alors des symptômes de sevrage qui se manifestent par une tension. En fumant une nouvelle cigarette, ce taux augmente à nouveau et fait disparaître la tension.

Sur les 16 élèves rencontrés

- Sevrage n'a pas été compris par 11 élèves
- Pharmacologiquement par 13 élèves
- Système nerveux périphérique par 5 élèves

Texte 7 – Tabac et dépendance (2.5)

La nicotine est une substance terriblement accrocheuse : son **potentiel addictif** est comparable à celui de l'héroïne. La dépendance au tabac est à la fois psychologique, physique et **comportementale**. Le "**seuil de dépendance**" varie d'une personne à l'autre et différents critères permettent de diagnostiquer une dépendance aux cigarettes.

Au total 12 élèves ont lu ce texte

- Potentiel addictif est souligné par 3 élèves
- Après vérification « Potentiel addictif » « dépendance comportementale et seuil de dépendance » sont incompris

Texte 8 – Le tabagisme passif (2.6)

Le **tabagisme** passif est l'inhalation involontaire de la fumée qui se dégage de la combustion d'une cigarette et de celle **exhalée** par les fumeurs. Respirer la fumée des autres provoque les mêmes symptômes que fumer soi-même : accélération du rythme cardiaque, diminution de l'apport en oxygène, **irritation des yeux et de la gorge**, augmentation des risques de maladie respiratoire, de cancers et de maladies **cardio-vasculaires**.

Sur les 17 élèves rencontrés :

- « exhalée » est incompris par 6 élèves
- Les jeunes retiennent du texte : « Fumer, c'est mal ».
- Après vérification « tabagisme passif » correspond à « fumer de temps en temps »

Texte 9 – Mélanges et comparaison entre les produits (2.9)

Les substances créant la dépendance comme la nicotine, l'alcool, le cannabis, l'héroïne ou l'ecstasy ont une forme d'action commune : elles stimulent le système de récompense situé dans le cerveau. Des mécanismes **neurobiologiques** sont communs aux drogues et le risque de **renforcement mutuel** ou de passage d'une dépendance à l'autre sont grands. Ainsi alcool et tabac vont souvent de pair : 90% des alcooliques fument et l'alcoolisme et dix fois plus fréquent chez les fumeurs.

On observe également une **corrélation** entre le tabagisme et la consommation de café : fumer atténue les effets négatifs de la caféine en accélérant son élimination.

Sur les 8 élèves rencontrés :

- Neurobiologiques et corrélation sont incompris par 7 élèves
- Le texte comporte « trop de mots scientifiques qui découragent la lecture ».

Texte 10 – Impact du tabac sur nos vies (2.13)

L'usage du tabac et en particulier la fumée de cigarette a des effets néfastes sur la santé. C'est également une habitude qui a des répercussions sur notre rapport aux autres, notre rapport à nous même... et notre porte monnaie.

Fumer c'est mauvais pour la santé, tout le monde le sait. Le tabagisme provoque des cancers, des bronchites chroniques, des crises cardiaques et des attaques cérébrales. Fumer augmente le risque d'infertilité et d'impuissance, et le tabac est responsable de la mort de 25 personnes par jour en Suisse.

Que ceux qui fument depuis longtemps continuent à le faire, on le comprend car la nicotine crée rapidement une forte dépendance physique. Mais il y a aussi de nouveaux fumeurs, en immense majorité des jeunes de moins de 19 ans. Attirés au départ par les messages de la publicité, par les copains consommateurs ? En fumant, on découvre les effets de la nicotine qui, suivant les moments, donne des sensations stimulantes ou permet de se relaxer très provisoirement. Le pas est très vite franchi de ne plus pouvoir imaginer se relaxer sans une cigarette et on se retrouve à fumer un paquet par jour et y investir environ 2'000.- par année.

Alors que faire? Résister par exemple, et donc ne pas commencer. Un jeune qui passe le cap des 20 ans sans fumer a peu de risques de devenir fumeur, celui qui commence à 15 ans augmente fortement la probabilité d'être encore fumeur à 35 ans... et aussi celle d'en mourir prématurément.

- Peu de remarques par rapport au vocabulaire du texte.
- Sur les 24 élèves rencontrés :
 - 3 élèves ont souligné « néfastes », cependant aucun élève ne parvient à en donner la signification.
 - 2 élèves n'ont pas compris « infertilité ».

Texte 11 – Tabac, relations amoureuses et sexualité (2.13.2)

La fumée du tabac a même des liens avec les aspects les plus intimes de notre vie. Après avoir peut-être utilisé la cigarette pour s'affirmer un peu, avoir l'air cool, et séduire... voilà que le tabac risque de poser problème dans la relation amoureuse.

Sur le plan des relations sexuelles la fumée du tabac est problématique pour les femmes qui prennent la pilule, car l'association tabac-pilule augmente le risque d'effets secondaires indésirables (tels que caillots de sang, vertiges). Le risque d'accidents cardiovasculaires et de cancer du sein est accru. Pour les hommes, il faut rappeler que le tabagisme peut induire des troubles de l'érection, voire même de l'impuissance, car la nicotine nuit à la circulation. Or l'érection est directement liée à la circulation sanguine puisqu'elle est due à un afflux de sang dans le pénis.

Ces risques pour la santé sont évidemment à moyen et long terme. Mais plus rapidement et plus quotidiennement d'autres éléments risquent de perturber une relation amoureuse. Par exemple dans une histoire d'amour lorsque l'un fume et l'autre pas, il est certain que la question sera régulièrement à l'ordre du jour : l'haleine tabagique, l'odeur de la fumée qui s'incruste, les mégots qui traînent dans les cendriers, etc.

Sur les 20 élèves,

- 4 élèves n'ont pas compris « Accru » et « cardio vasculaire »
- 2 élèves « Tabac-pillule » et « caillot de sang »
- Peu d'élèves ont souligné des mots
-

Texte 12 – Actions sur le système nerveux (2.2.2)

Question

Comment agit le tabac sur le système nerveux?

Réponse

Bonjour!

Lorsqu'on avale la fumée de cigarette, la nicotine passe dans le sang et atteint très rapidement le cerveau. Elle agit sur l'ensemble du système nerveux. Le fait de fumer donne l'impression d'être plus calme, plus concentré. Il est possible que la nicotine à petites doses ait un tel effet sur le cerveau. Par contre la nicotine est responsable de nombreuses perturbations du système nerveux comme des malaises (pour les nouveaux fumeurs surtout), une accélération du rythme cardiaque, une augmentation de la tension sanguine et de la température du corps, de la transpiration, une réduction de l'appétit, une perturbation du sommeil, du stress et de la fatigue.

En gros, le tabac (ou plutôt la nicotine qu'il contient) a un effet à la fois stimulant et dépressif sur le système nerveux central : la nicotine augmente la libération de dopamine par certains neurones et ainsi stimule, mais la nicotine facilite également la libération des endomorphines, ce qui expliquerait en partie son effet anti-douleur.

La question est très complexe et si tu veux en savoir davantage, je te conseille de demander des informations plus précises auprès d'un centre de documentation spécialisé qui se trouve dans ton pays. Salut !

Sur les 8 élèves,

- Tous n'ont pas compris dopamine.
- 7 élèves ont souligné « Endomorphines »

Le vocabulaire est qualifié de spécialisé.

Texte 13 – Cigarettes et additifs – pourquoi ? (2.3.1)

Question

Bonjour, je voulais vous demander un truc vous vous en doutiez je parie, enfin bref j'ai vu il y a quelque temps une publicité sur la cigarette ils disaient qu'il y avait du mercure de l'acide cyanhydrique de l'acétone et plein de trucs à faire peur. Je sais que c'est vrai mais ma question c'est pourquoi mettent-ils autant de "saloperies" dans les clopes ils veulent des clients oui ou non ?

Bon c'est pas tout ça mais je vais m'en fumer une ;-D

Bonne journée.

Réponse

Salut!

Ben oui, je pensais bien que t'avais un truc à demander!!!

Effectivement il y a plein de trucs à faire peur dans une cigarette... plus de 4'000 substances... Il y a d'une part les substances qui sont contenues dans la cigarette (nicotine, liants, humectants, aromatisants, produits de blanchiment, agents conservateurs...), d'autre part il y a des substances qui se dégagent lorsque la cigarette est allumée (monoxyde de carbone notamment) et qui sont dégagées par la combustion, et il y a encore les nouvelles substances qui sont créées par le phénomène de combustion par l'association de composants ! Donc une sacrée quantité de "saloperies" comme tu le dis si bien !

Alors pourquoi ? Justement parce qu'ils veulent des clients... mettre des substances qui accélèrent la combustion, qui donnent un goût et une apparence agréables c'est justement pour plaire au client, pour le fidéliser... les belles cendres gris clair de la cigarette... imagine un cendrier plein de cendres noirâtres... cela donnerait envie à qui ? Et certaines substances rendent la fumée moins irritante... donc plus facile à inhaler et puis il y aurait aussi certaines substances destinées à augmenter la quantité de nicotine transportée jusqu'aux poumons... Alors tu vas encore t'en allumer une ? Si tu veux on en reparle après ! Ciao !

Sur les 16 élèves rencontrés

- 8 élèves n'ont pas compris au moins 6 mots du texte, voire une phrase entière.
- Cyanhydrique, acétone, humectants, monoxyde n'ont pas été compris par pratiquement chaque élève.

Ce texte a rencontré le plus de difficultés

Texte 14 – Nocivité du tabac à rouler (2.3.2)

Question

Ciao, tout le monde!

Je fume depuis 1 année mais j'aimerais essayer le tabac à rouler ses clopes soi-même car on m'a dit qu'il contenait moins de produits nocifs!

C'est vrai ou pas ???

Et que faut-il prendre comme filtre ???

Merci ! ciao !

Réponse

Salut Toi!

Non... ce n'est pas exact. Le tabac à rouler contient tout autant de substances nocives que les cigarettes... et il faut savoir qu'en plus des substances contenues dans le tabac (nicotine, **additifs**, **arômes**, **humectants**...), de nombreuses substances nocives proviennent du phénomène de combustion... et là peu importe qu'il s'agisse de cigarettes industrielles ou de cigarettes roulées à la main.

Et se pose effectivement le problème du filtre, bien que le filtre des cigarettes industrielles ne retient qu'une part infime de certaines substances... et en plus les petits trous qui permettent de diluer la fumée avec de l'air sont généralement obstrués par les doigts qui tiennent la cigarette (quel hasard, n'est-ce pas !). Alors voilà... la meilleure façon de consommer le moins de substances nocives c'est de fumer le moins possible, voire même pas du tout... et éviter également de respirer la fumée des autres qui est tout aussi nocive ! A une prochaine, ciao !

- Peu de mots ont été soulignés par les élèves

Sur les 24 élèves rencontrés :

- 4 élèves n'ont pas compris « humectant » mais si peu l'ont souligné, la plupart des élèves n'ont pas compris ce terme
- Peu de mots ont été soulignés par les élèves
- Un élève a souligné une faute de français : « bien que le filtre des cigarettes industrielles ne retient ... »

Texte 15 – Les risques du tabac (2.4)

Question

Quels dégâts fait la cigarette ?

Réponse

Bonjour!

Le tabac possède des milliers de composants, dont la nicotine qui possède un effet éveillant, antidépresseur et coupe-faim, et les goudrons. Ces substances agissent en particulier sur la fonction cardio-vasculaire en augmentant la pression artérielle, le rythme cardiaque et en détériorant les artères. Chez les fumeurs, les risques de décès par infarctus sont deux fois plus élevés que chez les non-fumeurs. Ce risque vasculaire touche aussi les artères du cerveau et des membres inférieurs. Il est responsable notamment des conséquences sur la grossesse (risques de prématurité et de troubles de la maturité du bébé) et l'accouchement.

Mais le tabagisme agit aussi et surtout sur la fonction respiratoire : les fumeurs s'exposent à des troubles au niveau de tout l'appareil respiratoire, notamment au risque de développer un cancer du poumon. La fonction digestive est elle aussi touchée : la nicotine augmente la sécrétion des acides gastriques et agit comme coupe-faim sur le système nerveux central. Le tabac a aussi la particularité de limiter l'apport d'oxygène au cerveau et aux muscles. Il est ainsi responsable de maux de tête, de vertiges et d'une diminution de la résistance à l'exercice.

Voici encore quelques chiffres. Le tabac est associé à 30% de l'ensemble des cancers. Il est lié à 90% aux cancers du larynx, des bronches, des cavités buccales, de l'oesophage et des poumons. Il est en cause de façon indirecte dans les cancers du pancréas, de la vessie, du col de l'utérus et de l'estomac. Enfin, le tabac et la nicotine qu'il contient sont une source de dépendance psychique importante qui est souvent difficile à supprimer. Comme tu le vois, le tableau est tout sauf rose et la cigarette est l'une des principales causes de décès dans le monde.

Si tu veux encore savoir d'autres informations concernant la cigarette et ses dangers, je te laisse te rendre sur le site www.stop-tabac.ch.

Salut!

Sur les 20 jeunes,

- 9 n'ont pas compris « Cardio-vasculaire » et « vasculaires »
- 4 élèves ont souligné « Tabagisme »
- Une phrase a été soulignée par un jeune.

Texte 16 – Cigarette et sport (2.4.5)

Question

Je fais de la haute montagne et je fume des clopes mais j'ai aucun problème de respiration en altitude ni physique malgré les 2 ans et demi que je consomme de la nicotine et je voulais savoir si ça allait continuer ou arrêter. Je vous pose cette question parce que ce que je suis allé au Cervin et au sommet je me sentais pas bien je toussais malgré que je suis déjà allé à cette altitude sans problème : je comprends pas ??????????

Réponse

Salut!

Une consommation de cigarettes n'est jamais inoffensive... et tant mieux si tu ne souffres pas actuellement des conséquences de ta consommation. Il faut savoir qu'outre les effets durables sur la santé, la consommation de tabac peut avoir des effets immédiats, spécialement sur la fonction respiratoire mais également sur la force musculaire.

Pour bien fonctionner nos poumons et notre coeur ont besoin de sang riche en oxygène. Or le **monoxyde** de carbone présent dans la fumée de cigarette se fixe à l'**hémoglobine**, pour former la **carboxyhémoglobine**. Il y a donc moins d'**hémoglobine** pour véhiculer l'oxygène jusqu'aux cellules de l'organisme. Le tabagisme réduit de plus la capacité du sang à absorber l'oxygène : il détruit les **alvéoles**, ce qui diminue l'élasticité des poumons et leur aptitude à échanger l'oxygène.

Contrairement aux cancers qui se développent généralement après de nombreuses années de consommation, les effets du tabagisme sur le système respiratoire peuvent déjà survenir une année ou deux ans après les débuts de la consommation... Alors, est-ce que tes bonnes conditions physiques vont continuer ? Non, si tu continues de fumer !

A une prochaine, ciao !

Sur les 17 élèves,

- 6 n'ont pas compris « Hémoglobine ».
- 7 élèves ont souligné « Carboxyhémoglobine »
- Les jeunes trouvent la question peu claire, mal formulée

Texte 17 – Symptômes de manque (2.5.2)

Question

Salut, je trouve le site super.. :) mais j'aurais une petite question assez bête... Comment on remarque qu'on est en manque de **nicotine**? Quel signe particulier a-t-on ? Merci d'avance.

Réponse

Bonjour, et merci pour les compliments! Ta question n'est pas bête, au contraire, on parle rarement des signes de manque de **nicotine**, alors qu'ils existent bel et bien !

Ce sont surtout les personnes qui fument 5 cigarettes par jour et plus qui les ressentent. Le plus souvent, les effets du manque se font sentir pendant les deux à trois semaines qui suivent l'arrêt, avec un maximum entre les deuxième et cinquième jours.

Le manque se traduit par les manifestations suivantes : **nausée**, grande nervosité, constipation, vertiges, **bouffée de chaleur**, trouble du sommeil, **irritabilité**, coup de colère, dépression, toux, maux de tête, **oppression**, douleurs musculaires, envie **irrésistible** de fumer, de manger... Heureusement, on ne souffre pas de tous les **désagréments**, même si la **constipation**, la nervosité et l'envie **irrépressible** de fumer se retrouvent fréquemment.

De quoi faire réfléchir avant de commencer, non ?

Sur les 20 élèves,

- Le terme « Oppression » n'a pas été compris par 6 élèves
- « Irritabilité » est incompris par 3 élèves

Texte 18 – Fumée passive et dépendance (2.6.2)

Question

Un fumeur passif peut-il être dépendant ? Peut-il avoir des problèmes de santé ?

Réponse

Salut !

Devenir dépendant à la cigarette en étant fumeur passif est peu probable dans le sens où il faut tout de même qu'il y ait une inhalation assez concentrée de nicotine pour qu'une dépendance s'installe.

Par contre, la fumée passive est effectivement nocive pour la santé. Cette fumée contient des goudrons et d'autres substances cancérigènes qui sont dangereuses pour tous ceux qui les respirent. Ainsi, des études ont démontré que dans les familles où les parents sont de grands fumeurs, les enfants sont davantage sujets à des affections des voies respiratoires inférieures. Rien de très bon. Je t'invite à te rendre sur le site www.at-suisse.ch/passivrauchen qui te renseignera à ce sujet de manière très complète.

Bon surf, salut !

- Aucun élève n'a entouré un terme.
- Quand on demande aux jeunes interrogés ce qu'ils retiennent du texte, ils se rappellent uniquement de la question.

Annexe 3.

Grille pour Focus Groups

Questions sur le site dans sa globalité

1. Demander âge + sexe + domicile + connexion internet à domicile
2. « Qui connaît le site ciao ? » + « si oui, as-tu déjà posé une question sur le site ? »
3. Consigne : chercher le site ciao et surfer durant env. 10 minutes sur le site
4. « As-tu eu des difficultés à trouver le site ciao ? »
5. « D'une manière générale, comment trouves-tu le site ? »
 - a. Graphisme
 - b. Interactivité
 - c. Ludique
 - d. Informatif...
6. « Concernant la page d'accueil du site, as-tu été motivé à surfer sur le site ? Pourquoi ? »
7. « Qu'as-tu cherché comme info sur le site ? »
8. « Comment t'es-tu pris pour chercher une information ? (Ocia, barre défilement...) »
9. « En comparaison avec les sites sur lesquels vous surfez d'habitude, quelle différence y a-t-il sur le site ciao ? »
10. « Avez-vous l'envie de surfer à nouveau sur ciao ? »

Questions portant sur les pages tabac

1. Consigne : rendez-vous sur les pages traitant du thème tabac sur le site
2. « Avez-vous facilement trouvé les pages tabac ? »
3. Lecture de 2 textes sur écran
« Les informations lues sont-elles intéressantes ? Faciles à comprendre ? Vous donnent-elles l'envie d'en savoir plus sur le sujet ? »
4. Lecture de 2 textes sur papier avec pour consigne de souligner les mots incompris

Questions portant sur le contexte dans lequel les jeunes surfent

1. « Lorsque vous surfez, faites-vous en même temps quelque chose d'autre ? »
2. « Utilisez-vous internet pour trouver des réponses ou des solutions à certains de vos problèmes ? »