

Action de sensibilisation en classe

« Risques auditifs »

Analyse du questionnaire de satisfaction soumis aux élèves
Territoire de Champagne-Ardenne
Année scolaire 2017/2018



SOMMAIRE

A/ Introduction _	3
B/ Les participants _	4
C/ Pratiques en matière de musique _	4
D/ Effets du bruit sur leur santé _	5
E/ Cas particulier des instrumentistes _	6
F/ Avis sur l'Intervention en classe _	7
G/ Impact de l'intervention en classe _	7
ANNEXE : Questionnaire soumis aux élèves	9

A/ INTRODUCTION _

La part des jeunes écoutants de la musique à un niveau sonore très élevé augmente. La démocratisation de l'usage et donc de l'écoute de musique sur téléphone portable est un changement particulièrement prégnant dans leurs pratiques. Ce mode d'écoute est potentiellement risqué car il dépend de la qualité des équipements (téléphones et oreillettes), mais aussi de celle des enregistrements, souvent moindre, poussant possiblement les jeunes à augmenter le volume. Ces nouvelles caractéristiques / modalités d'écoutes font des jeunes une population à risques en ce qui concerne les troubles auditifs¹.

En Alsace, Musiquesactuelles.net a mis en place depuis 2015 un dispositif pour tenter d'agir auprès des adolescents et de les sensibiliser à ces risques, au plus près de leurs pratiques personnelles. Il s'agit d'un atelier pédagogique de prévention, en classe, d'une durée d'1h, permettant des échanges et interactions entre l'intervenant, ingénieur son professionnel, et les élèves, qui lui donnent une dimension éducative, sur la base d'un diaporama. Il vise à sensibiliser les adolescents aux risques liés à l'écoute de musique avec leurs baladeurs MP3.

En 2017, le Polca (Pôle Musiques actuelles Champagne-Ardenne) a mis en place une action similaire avec un ingénieur du son marnais, M. Antoine Bruneau, qui a été formé pour le projet. Au cours de l'année scolaire 2017/2018, il a réalisé 32 interventions pour **805 élèves de la 6^{ème} à la 2^{nde}**.

Par ailleurs, l'association « Le Son des Choses », basée dans l'Aube, propose depuis plusieurs années des ateliers pédagogiques aux établissements scolaires de son territoire, avec l'aide du Polca. Ces ateliers permettent d'aborder, avec 3 intervenants et par petits groupes, les questions de la physique du son, des risques auditifs, et de l'environnement sonore. Au cours de l'année scolaire 2017/2018, 6 établissements scolaires ont bénéficié de ces ateliers, touchant ainsi **513 élèves de collèges et lycées**.

Nous présentons ici une analyse de la réception de cette action par les élèves, sur la base des réponses récoltées via un questionnaire de satisfaction, rédigé par le Polca, et transmis aux élèves par les enseignants, après que les interventions aient été organisées.

L'objectif de ce questionnaire est double :

- D'une part, nous souhaitons collecter des informations sur le comportement et les effets du bruit sur la santé des adolescents.
- D'autre part, le questionnaire porte sur l'avis des jeunes sur l'intervention dont ils ont bénéficié, et les interroge sur l'impact de ce dernier sur leurs pratiques futures.

¹ Rapports des jeunes à la musique à l'ère numérique – Enquête Pays de Loire 2014

B/ LES PARTICIPANTS _

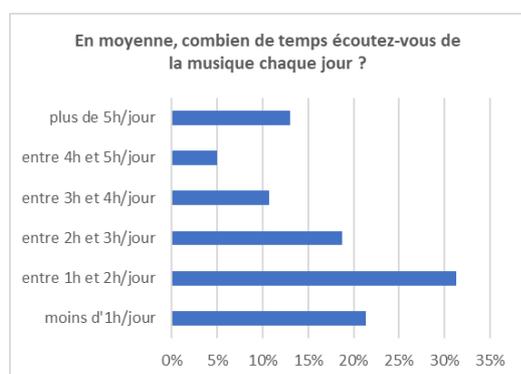
Quel est votre âge ?		
	Nombre	%
10 ans	0	0%
11 ans	0	0%
12 ans	24	4%
13 ans	216	33%
14 ans	205	32%
15 ans	115	18%
16 ans	51	8%
17 ans	24	4%
18 ans	0	0%
Age moyen		14,04

Le panel d'évaluation ayant répondu à notre questionnaire s'élève à 646 élèves, soit 49 % des participants aux ateliers.

La majorité des répondants (à 65 %) ont entre 13 et 14 ans, ce qui correspond à leur niveau scolaire (nombreuses classes de 4^e).

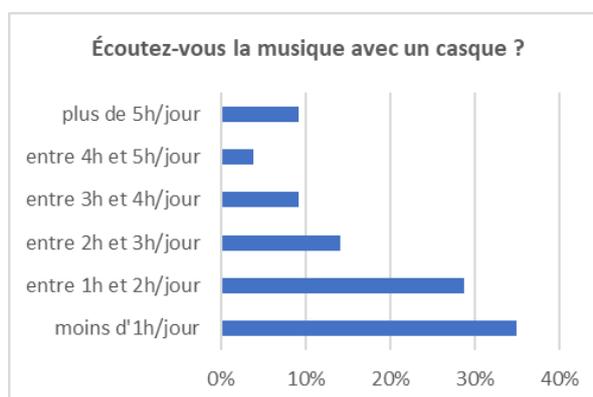
La répartition des genres est de 53 % de filles et 47 % de garçons.

C/ PRATIQUES EN MATIERE DE MUSIQUE _



79 % des répondants écoutent de la musique, de manière générale, plus d'1h par jour.

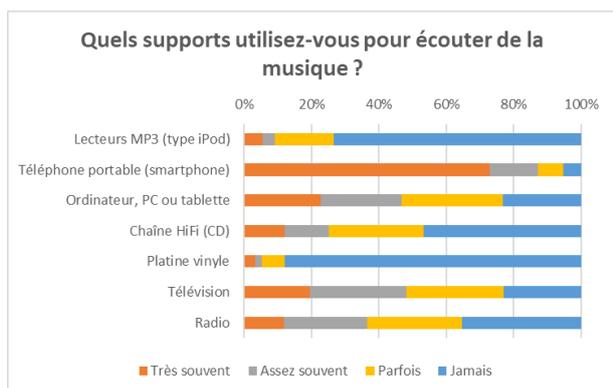
Concernant l'écoute au casque, la proportion est moins marquée puisque seulement 65 % des répondants l'utilisent plus d'1h par jour.



En général, vous appréciez la musique à un niveau sonore...		
	Nombre	%
1 (très bas)	3	0%
2	3	0%
3	8	1%
4	28	4%
5	73	11%
6	92	14%
7	115	18%
8	110	17%
9	65	10%
10 (au maxin)	149	23%
Niveau moyen /10		7,46

93% des élèves interrogés écoutent la musique à un niveau sonore égal ou supérieur à la moitié du volume maximal, **ce qui est considéré généralement comme pouvant engendrer des risques lors d'une écoute prolongée.**

23% des répondants déclarent préférer la musique à volume maximal.

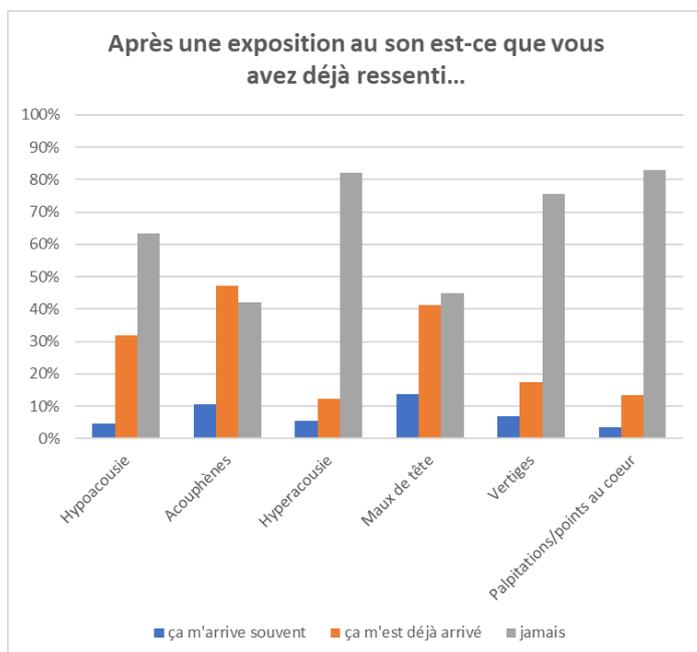


Si les médias traditionnels (radio, télévision) sont encore cités, respectivement, par environ un tiers et la moitié des jeunes comme support d'écoute musicale fréquent, les outils numériques et en particulier le smartphone sont largement plébiscités par les répondants, qui sont plus de 87% à l'utiliser très souvent ou assez souvent.

Ces données confirment la nécessité d'informer les jeunes sur la musique numérique et de les sensibiliser à l'importance de la qualité des fichiers pour une écoute plus confortable et sans risques.

D/ EFFETS DU BRUIT SUR LEUR SANTE _

Nous observons que les acouphènes représentent le symptôme lié à un traumatisme sonore le plus souvent ressenti. Près de la moitié des jeunes ont déjà eu cette sensation après une exposition au son et 11% déclarent en souffrir souvent. Par ailleurs, 32% d'entre eux signalent avoir déjà été victimes d'hypoacousie et 5% subissent souvent ce phénomène, tandis que 17 % ont déjà été victimes d'hyperacousie au moins une fois.



Concernant les symptômes non spécifiques aux traumatismes sonores, les maux de tête sont très fréquemment cités (41% en ont déjà ressenti, 14% en ont souvent), tandis que les vertiges et palpitations restent plus rares. Une petite proportion des élèves (1%) ont quant à eux déjà souffert d'autres symptômes (« douleurs aux oreilles »).

Ces chiffres confirment que les jeunes entre 12 et 19 ans sont une population à risques face aux troubles auditifs², puisque nombre d'entre ceux que nous avons sondés ici sont déjà concernés. Le succès des nouvelles technologies auprès de ce public, en augmentant la facilité d'accès à la musique nomade, nous fait craindre une augmentation de ces troubles.

² Rapports des jeunes à la musique à l'ère numérique – Enquête Pays de Loire 2014



E/ CAS PARTICULIER DES INSTRUMENTISTES _

Notre enquête comportait une question concernant la pratique instrumentale. Nous avons donc pu établir une comparaison des réponses données par les instrumentistes vs. les non instrumentistes, aussi bien en termes de comportement (durée et volume d'écoute), qu'en termes des symptômes auditifs déjà ressentis.

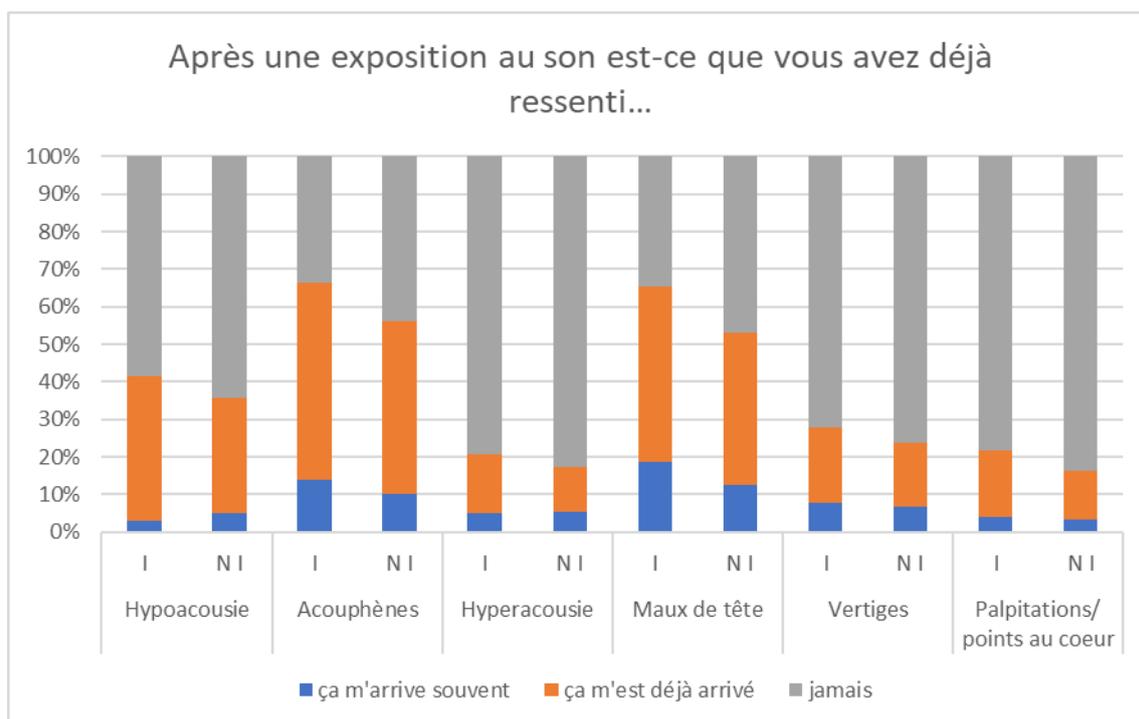
Comportement

L'enquête nous révèle que les musiciens ont tendance à écouter la musique plus longtemps mais moins fort que les non musiciens :

- 56% s'exposent plus de 2h par jour contre 46% pour les non musiciens,
- le niveau moyen d'écoute est de 7,07/10 (qui reste un niveau considéré comme potentiellement dangereux) contre 7,54/10 pour les non musiciens.

Symptômes

De manière générale, tous les signes physiques liés à une pratique dangereuse d'écoute de musique sont plus élevés chez les instrumentistes. Les acouphènes sont le symptôme le plus fréquent, déjà expérimentés par 66% des jeunes musiciens contre 56% chez les non instrumentistes. Parmi les différences marquantes entre les deux groupes, viennent ensuite les maux de tête avec une fréquence de 66 % chez les musiciens, bien supérieurs aux 53 % des non-musiciens.



I = Instrumentistes NI = Non Instrumentistes

Malgré le fait que le volume d'écoute est plus faible chez les musiciens, on note qu'ils sont plus sujets aux symptômes typiques des traumatismes auditifs. Nous pouvons en conclure que ces symptômes sont sûrement dû à la pratique de leur propre instrument. Il serait donc intéressant de sensibiliser davantage et spécifiquement les élèves musiciens.

F/ AVIS SUR L'INTERVENTION EN CLASSE _

Avez-vous apprécié l'atelier ?		
	Nombre	%
1 (pas du tout)	47	7%
2	58	9%
3	156	24%
4	212	33%
5 (c'était super)	173	27%
Note moyenne /5		3,63

Dans sa globalité, plus de 84% des élèves ont beaucoup ou bien apprécié l'atelier mené en classe (noté entre 3 et 5/5).

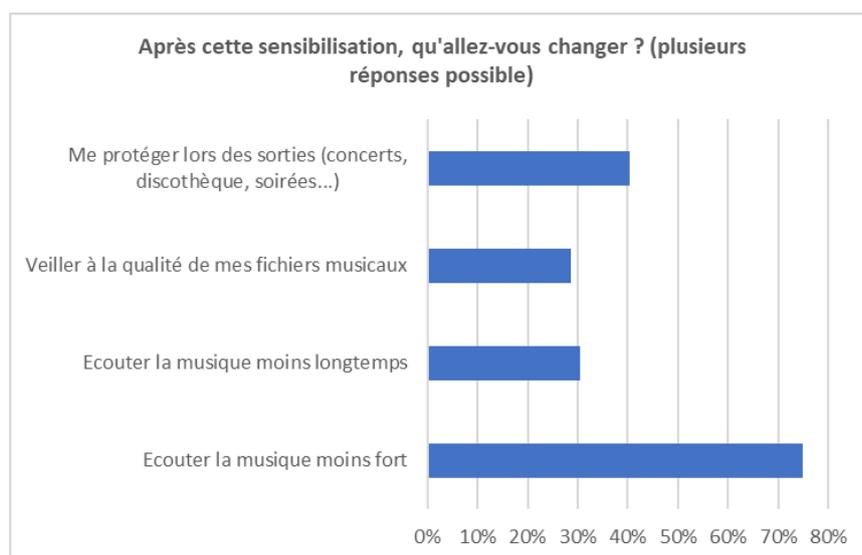
La note moyenne attribuée par les participants à cette action est de 3,63/5.

G/ IMPACT DE L'INTERVENTION EN CLASSE _



L'intervention a un impact non négligeable, puisque 91 % des jeunes déclarent avoir reçu suffisamment d'informations pour leur pratique quotidienne.

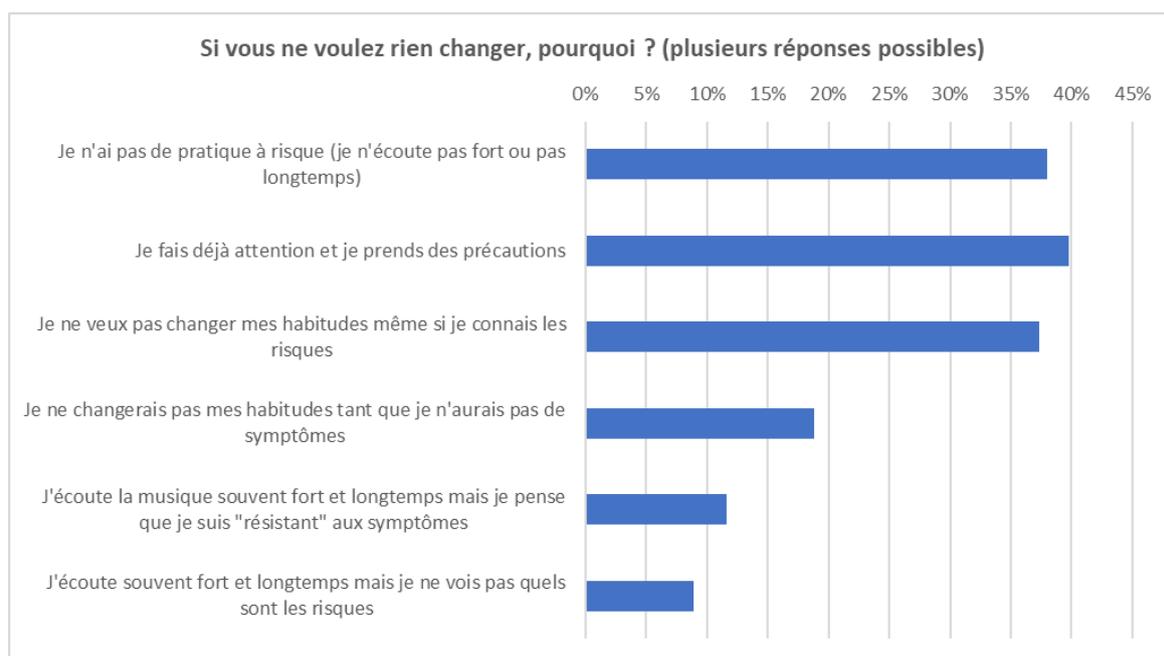
Lorsqu'on les interroge plus précisément sur une possible modification de leur comportement suite à l'action, 55 % des élèves déclare avoir résolu de modifier leur comportement :



Les 3/4 annoncent vouloir diminuer le niveau sonore de leur écoute. De plus, 40% ont intégré l'importance de se protéger en sortie, 1/3 affirme vouloir désormais être attentifs à la durée d'exposition, et 29% à la qualité des fichiers musicaux.

Ces résultats témoignent d'une bonne intégration des principaux messages de prévention. Le message qui semble le plus marquer les jeunes est celui sur le niveau sonore.

Il reste 45 % des adolescents qui affirment ne rien vouloir changer à leurs habitudes. Nous les avons interrogés sur les raisons de ce refus :



Une forte proportion (40 %) affirme déjà prendre des précautions, tandis que 38 % affirment ne pas prendre de risques. Il reste 37% de jeunes qui préfèrent ne pas changer leurs habitudes, même en connaissance de cause. 12 % des jeunes récalcitrants déclarent se sentir « résistants » aux symptômes, ce qui reste inquiétant.

On note néanmoins que 91 % des élèves pensent avoir été assez informés, et que 55 % d'entre eux déclarent vouloir modifier leurs comportements d'une façon ou d'une autre suite à l'intervention, ce qui témoigne de son intérêt éducatif et du fort impact de cette sensibilisation.

La dernière partie du questionnaire était une zone d'expression libre, sous le libellé : « Avez-vous quelque chose à ajouter ? ».

« Intervention très cool, j'ai expliqué à mes proches tout ce que j'ai appris » « Je trouve cette intervention très importante pour nous les jeunes, car nous sommes nombreux à écouter de la musique, à parler fort, etc... » « J'ai baissé le son de ma musique, avant elle était à 9-10 et maintenant 6-7 » « C'était Cool. » « J'ai bien aimé l'intervention, c'était cool. » « L'intervention était bien, ça m'a appris des choses. »

Dans l'ensemble les remarques librement exprimées sont positives, aussi bien sur le contenu pédagogique que sur l'esprit général de l'action.

Seul un élève a fait un retour négatif : « *Intervention ennuyeuse.* »

Quelques élèves ont fait des propositions : « *Lors de l'intervention, nous n'avons pas assez participé à mon goût.* » « *Mieux conseiller sur le choix des casques.* »

ANNEXE : QUESTIONNAIRE COMPLET SOUMIS AUX ELEVES

Évaluation « Sensibilisation en classe »

Sûre aux interventions organisées par le POLCA, merci de nous donner votre avis en répondant à ce questionnaire.

Ce questionnaire n'est pas un contrôle de connaissances. Il a pour but de mieux vous connaître au travers de vos pratiques en matière de musique, et aussi de recueillir des informations sur les effets du bruit sur votre santé. Il nous permettra enfin de savoir ce que vous avez pensé de l'intervention à laquelle vous avez assisté.

Ce questionnaire est anonyme, vous pouvez y répondre en toute sérénité.

Merci de votre participation !

1. Sexe :

- Filles Garçon

2. Quel est votre âge ? _____

3. Pratiquez-vous un instrument de musique (chant compris) en ce moment ? (une seule réponse possible)

Oui Non

Lequel et combien de temps : _____

4. En moyenne, combien de temps écoutez-vous de la musique chaque jour ?

- Moins d'une heure/jour Entre 2h et 3h/jour Entre 4h et 5h/jour
- Entre 1h et 2h/jour Entre 3h et 4h/jour Plus de 5h/jour
5. Écoutez-vous la musique avec un casque (avec votre smartphone, lecteur mp3, tablette...)?
- Moins d'une heure/jour Entre 2h et 3h/jour Entre 4h et 5h/jour
- Entre 1h et 2h/jour Entre 3h et 4h/jour Plus de 5h/jour

6. En général, vous appréciez la musique à un niveau sonore...

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
- (Très bas) (Au maximum)

7. Quels supports utilisez-vous pour écouter de la musique (avec casque OU enceinte externe) ? (Une seule réponse par ligne)

	Très souvent	Assez souvent	Parfois	Jamais
Lecteur MP3 (type iPod)				
Téléphone portable (smartphone)				
Ordinateur, PC ou tablette				
Chaîne HiFi (CD)				
Platine vinyle				
Télévision				
Radio				
Autres				

Si autres, merci de préciser : _____

NB : L'établissement scolaire doit renvoyer les questionnaires remplis par courrier postal à Anne-Laure Prunier – Polca – 84 rue du Dr Lemoine – 51100 Reims
Ou en version scannée par mail à prevention@polca.fr

8. Après une exposition au son est-ce que vous avez déjà ressenti... (Une seule réponse par ligne)

	ça m'arrive souvent	ça m'est déjà arrivé	Jamais
Impression de moins bien entendre (hypoaecousie)			
Sifflements et/ou bourdonnements dans les oreilles (acouphènes)			
Difficultés à tolérer certains sons (hyperacousie)			
Maux de tête			
Sensation de vertige			
Palpitations ou points au cœur			
Autres			

Si autres, merci de préciser : _____

9. Avez-vous apprécié l'intervention ?

- 1 2 3 4 5
- (pas du tout) (état super)

10. Avez-vous assez d'informations pour prendre soin de vos oreilles chaque jour ?

- Oui Non

11. Après cette sensibilisation, qu'allez-vous changer ? (plusieurs réponses possibles)

- Écouter la musique moins fort
 - Me protéger lors des sorties (concerts, discothèque, soirées...)
 - Écouter la musique moins longtemps
 - Veiller à la qualité de mes fichiers musicaux
 - Je ne vais rien changer
- Si vous ne voulez rien changer à vos habitudes, pourquoi ? (plusieurs réponses possibles)
- Je n'ai pas de pratique à risque (je n'écoute pas fort ou pas longtemps)
 - Je fais déjà attention et je prends des précautions
 - Je ne veux pas changer mes habitudes même si je connais les risques
 - Je ne changerais pas mes habitudes tant que je n'aurais pas de symptômes
 - J'écoute la musique souvent fort et longtemps mais je pense que je suis "résistant" aux symptômes
 - J'écoute souvent fort et longtemps mais je ne vois pas quels sont les risques
 - Autre : _____

Avez-vous quelque chose à ajouter ?

Merci de votre participation !

NB : L'établissement scolaire doit renvoyer les questionnaires remplis par courrier postal à Anne-Laure Prunier – Polca – 84 rue du Dr Lemoine – 51100 Reims
Ou en version scannée par mail à prevention@polca.fr