



Prix du Jury au Festival du film  
d'éducation à la santé - Montpellier 2008

# LA CIGARETTE

*Faut qu'on en parle !*

## Livret d'accompagnement

Monique OSMAN

Céline BUHLER



Fumer, c'est quoi ?  
Je vis en société  
Les risques du fumeur  
L'argent des cigarettes



75 témoignages et portraits

scérén

CRDP  
FRANCHE-COMTÉ

**Idée originale** Jean Touvet et Georges Nivoix  
**Image et réalisation** Jill Emery  
**Assistante de réalisation** Hélène Fleckinger  
**Montage et habillage graphique** Rémy Massé  
**Percussions** Lionel Tessier  
**Documentation** Charlotte de Luppé  
**Production** Georges Nivoix, SCÉRÉN-CRDP de Franche-Comté  
avec le soutien financier de la Ville de Besançon, de la Caisse primaire  
d'assurance-maladie de Besançon et la collaboration de la Ligue nationale  
contre le cancer  
**Rédaction du livret** Monique Osman et Céline Buhler  
**Coordination éditoriale** Clotilde Cornut  
**Direction de la publication** Laurent Tainturier

**Remerciements à** Sandrine Hennebelle, CRES de Franche-Comté  
Association ALIAJ, Charenton  
Association des mutilés de la voix  
Collège Diderot, Besançon  
Collège Belgrand, Ervy-le-Châtel  
Pavillon « la Mère et l'Enfant », CHU de Besançon

ISBN 978-2-84093-193-5  
© SCÉRÉN-CRDP de Franche-Comté, 2008  
Dépot légal Juillet 2008

Tous droits de traduction, de reproduction et d'adaptation réservés pour tous pays.  
Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes des articles L.122-4 et L.122-5, d'une part, que les  
« copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation  
collective », et d'autre part, que « les analyses et les courtes citations « dans un but d'exemple et d'illustration,  
« toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses  
ayants droit ou ayants cause, est illicite ».  
Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre  
français de l'exploitation du droit de copie (20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris), constituerait donc une  
contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.

# Sommaire

---

<b>Introduction</b>	<b>7</b>
<b>Fumer, c'est quoi ?</b>	<b>11</b>
<b><i>La première cigarette</i></b>	<b>13</b>
Docteur Abdennbi : « Direct au cerveau »	
Lucie : « Je suis tombée dans le piège »	
Jean-Michel, Abdel, Gilbert et Dounia : « C'était un goût bizarre »	
Basile : « Ça nous a fait tourner la tête »	
<b><i>Le plaisir</i></b>	<b>15</b>
Cécile : « Six plaisirs par paquet »	
Jean-Michel 1 : « Des tas de petits bonheurs »	
Jean-Michel 2 : « C'est comme la soif »	
Docteur Abdennbi : « Une sécrétion de dopamine »	
<b><i>Le réconfort</i></b>	<b>18</b>
Julia : « C'est comme sucer son pouce »	
Michèle, Basile, Ophélie et le docteur Abdennbi : « Ça calme l'anxiété »	
<b><i>La dépendance</i></b>	<b>19</b>
Cécile : « Chercher dans les poubelles »	
Jean-Michel : « C'est comme la faim »	
Sallah : « Je me protège »	
Lucie : « C'est comme l'alcoolisme »	
Julia : « J'ai été vraiment esclave »	
Basile : « On se sent un peu minable »	
<b><i>Arrêter de fumer</i></b>	<b>23</b>
Lucie : « Même pas cap' »	
Cécile : « C'est une bataille »	
Basile, Mary et Julia : « Cette cigarette, j'en peux plus »	
Dounia : « On n'en a pas besoin pour vivre »	
Jean-Michel : « C'est pas très difficile »	
Michèle : « C'est une drogue »	
<b>Je vis en société</b>	<b>29</b>
<b><i>Être grand</i></b>	<b>31</b>

# LA CIGARETTE *Faut qu'on en parle !*

Je vis en société

---

## LE PLAISIR → *Des tas de petits bonheurs*

Témoign	Jean-Michel 1
Durée	1 min 39 sec
Résumé	<p>Pour Jean-Michel, attendre le manque de la cigarette puis répondre à ce besoin est un bonheur. Malgré tout, certaines cigarettes n'ont pas beaucoup d'intérêt car elles sont fumées « machinalement ». Le déplaisir arrive quand on manque de cigarettes. Pour y pallier, Jean-Michel a toujours plusieurs paquets de cigarettes près de lui.</p> <p>Fumer lui permet de « créer des bonheurs d'une manière contradictoire ».</p>
Analyse	<p>Ici, on comprend qu'un des plaisirs liés à la consommation des cigarettes est un plaisir « par défaut » pour éviter un déplaisir, celui qui est dû au manque. On appelle ce phénomène un « renforcement négatif », qui incite à prendre une cigarette. Les « renforcements positifs » sont ceux qui apportent une satisfaction directe, comme par exemple l'odeur du tabac ou la succion de la « cigarette-tétine ».</p>
Pistes d'exploitation	<p>En quoi ce témoignage confirme-t-il le témoignage du docteur Abdenni, « Une sécrétion de dopamine » ?</p> <p>Le plaisir lié au besoin de la nicotine est-il attirant ? Ces « bonheurs » ne sont-ils pas artificiels ?</p>

# LA CIGARETTE *Faut qu'on en parle !*

Je vis en société

---

## SÉDUIRE → *C'est pour plaire*

Témoign	Julia 2
Durée	55 sec
Résumé	À 11 ans, Julia était amoureuse d'un garçon de 14 ans qui fumait « pas mal ». Elle s'est mise à fumer elle aussi en pensant qu'il s'intéresserait plus à elle et que cela lui donnerait « un style, un genre ».
Analyse	Ce témoignage confirme le précédent dans l'association qui est faite entre séduire et fumer.
Pistes d'exploitation	Ce témoignage est l'occasion d'une réflexion sur la séduction amoureuse et ses éléments constitutifs. Où se trouve la limite entre l'apparence physique et la nature profonde ? Sur quoi repose l'intérêt de l'autre ? Le fait de ne pas fumer diminue-t-il l'attraction que dégage une personne ? Voir aussi le témoignage d'Ophélie, « Pour être comme les autres » ( <i>Paraître</i> ).

# LA CIGARETTE *Faut qu'on en parle !*

Je vis en société

---

## LA LIBERTÉ → *La connaissance du risque*

Témoign	Docteur Abdennbi et des collégiens
Durée	1 min 45 sec
Résumé	<p>« La connaissance du risque ne suffit pas pour modifier le comportement » : le docteur Abdennbi illustre cette réflexion en racontant l'histoire d'un de ses patients fumeur mourant des méfaits de son tabagisme. Sa fille le sait, le déplore mais... continue elle-même de fumer !</p> <p>Des collégiens évoquent à sa suite des images de fumeurs trachéotomisés. Ils avouent ne pas être troublés par ces images. Ils ne se sentent pas concernés, ils sont trop jeunes pour que « ça leur arrive maintenant ».</p>
Analyse	<p>Cette histoire illustre la dimension tragique du tabagisme : c'est un problème de santé publique qui tue des milliers de personnes chaque jour dans le monde et les fumeurs eux-mêmes réproouvent leur comportement de fumeur en même temps qu'ils continuent de fumer !</p> <p>Le témoignage des collégiens révèle l'inconscience et le manque de préoccupation de certains jeunes par rapport aux méfaits du tabagisme. Celui-ci leur apparaît comme un risque quasi virtuel auquel ils sont actuellement indifférents.</p> <p>Ce refus de se projeter dans un avenir possiblement sombre, qui est constitutif de la jeunesse, limite la portée des arguments relatifs aux risques sur la santé.</p> <p>Néanmoins, lorsqu'on a l'occasion de faire subir à des jeunes un test sur leur intoxication au monoxyde de carbone et qu'ils découvrent qu'ils sont effectivement intoxiqués, ils sont suffisamment inquiets pour envisager sérieusement d'arrêter de fumer.</p>
Pistes d'exploitation	<p>Comment expliquer un tel comportement ? Que penser de l'emprise du tabagisme sur le fumeur ?</p> <p>Pourquoi l'information sur les risques du tabac n'est-elle pas suffisante pour empêcher ce comportement ? Que faudrait-il faire pour que les jeunes n'entrent pas dans le tabagisme ?</p>