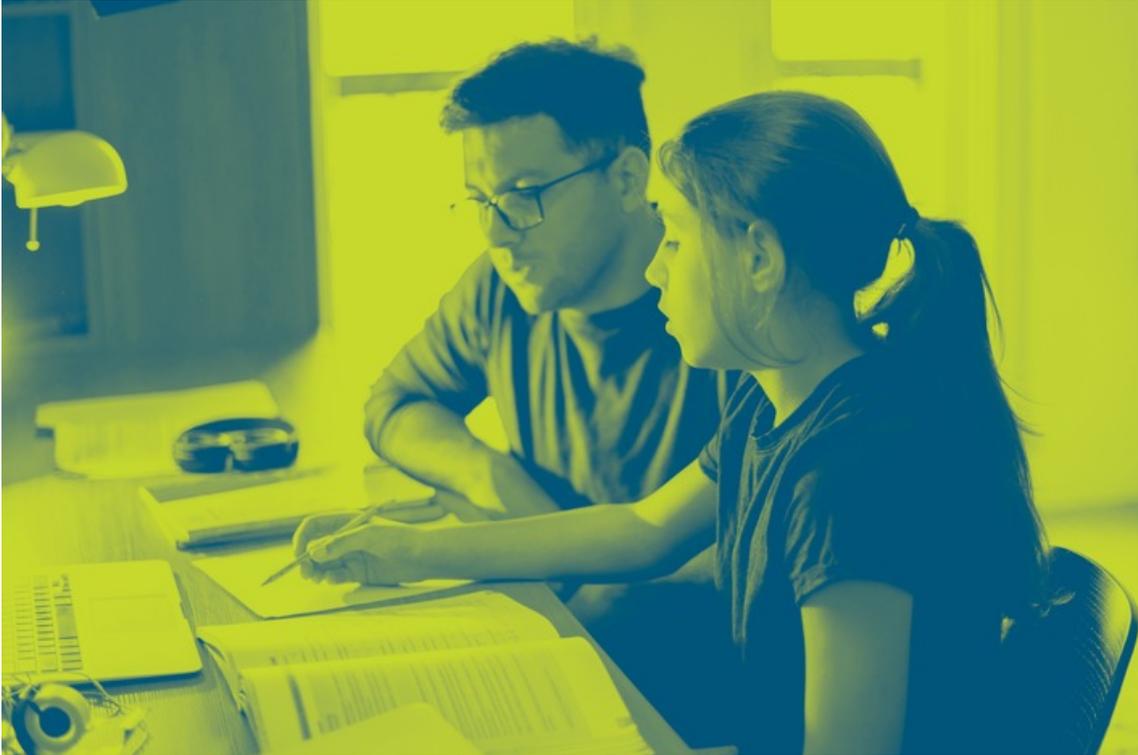


08.10.2019 - 09:00 Uhr

## Adolescence et prévention des consommations à risque: une nouvelle étude souligne le potentiel des parents



Lausanne (ots) -

Les parents peuvent jouer un rôle essentiel dans la prévention des addictions en accompagnant activement leurs enfants et en établissant avec eux une relation basée sur la confiance. Une nouvelle analyse détaillée de l'enquête nationale HBSC 2018 montre que la consommation de substances psychoactives est nettement moins répandue chez les jeunes dont les parents sont au courant de ce qu'ils font de leur temps libre et qui se sentent soutenus par leur famille.

Sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique, Addiction Suisse a analysé en détail les données de l'enquête HBSC (Health Behaviour in School-aged Children\*) réalisée en 2018. Le rapport de recherche publié ce jour montre que parmi les 14 et 15 ans, les probabilités de la consommation épisodique d'alcool à risque, de la consommation hebdomadaire de cigarettes traditionnelles et de la consommation de cannabis illégal sont au moins trois fois plus élevées chez les jeunes dont les parents n'ont qu'une vague idée de ce qu'ils font dans leur temps libre que chez ceux dont les parents sont bien au courant de ce qu'ils font. Dans ce contexte, être « au courant » signifie que les parents savent où leurs enfants sont après l'école, comment ils occupent leurs loisirs, où ils sortent le soir et avec qui, etc.

Pour le soutien reçu de la part de la famille (perception d'un soutien émotionnel, possibilité de parler de ses problèmes, aide à la décision, par exemple) le tableau est sensiblement le même : les probabilités des consommations à risque élevé sont multipliées par au moins deux chez les jeunes de 14 et 15 ans qui se sentent peu ou moyennement soutenus.

Le rôle essentiel de la famille

Dans le domaine de la consommation de substances psychoactives, la famille peut présenter des facteurs de protection ou de risque importants.

Outre le fait de savoir ce que fait son enfant et de le soutenir, les facteurs de protection incluent par exemple un lien fort entre le jeune et ses figures parentales ainsi qu'une attitude critique des parents vis-à-vis de la consommation de substances. De manière générale, un style d'éducation impliquant des règles claires, appliquées de façon cohérente, mais qui fait aussi la part belle à l'affection, à l'acceptation et à l'ouverture au dialogue constitue une bonne base. À l'inverse, la consommation de substances par les parents ou frères et sœurs, ou un climat familial globalement instable, sont des facteurs de risque.

Les liens statistiques documentés dans le cadre de l'étude HBSC ne peuvent certes pas être interprétés comme des preuves de relations causales (c'est-à-dire des liens de cause à effet) ; ils confirment toutefois l'attention qui devrait être accordée au rôle de la famille dans la prévention des addictions et montrent qu'il est urgent de mieux soutenir les parents dans leur mission éducative.

Conseils pour les parents À l'adolescence, les relations entre enfants et parents changent radicalement. Dans leur processus d'autonomisation, les jeunes se tournent de plus en plus vers leurs camarades. Les parents conservent toutefois un rôle essentiel et peuvent contribuer à prévenir les addictions :

- en accordant de nouvelles libertés à leurs ados tout en posant, pour les sorties et la consommation de substances, des règles claires et adaptées à leur âge et en les appliquant de façon cohérente. Un cadre clair, mais pas rigide, aide les adolescents à construire leur autonomie ;
- en suscitant les moments d'échanges et en prenant suffisamment de temps pour permettre un dialogue de qualité avec leurs adolescent-e-s ;
- en insistant si nécessaire lorsqu'ils s'inquiètent de la consommation de substances de leur enfant et que celui-ci ne souhaite pas vraiment en parler avec eux ;
- en recourant suffisamment tôt à un service de consultation spécialisé, également avant qu'ils se sentent dans l'impasse.

Parents d'ados, des réponses à vos questions : le matériel d'information d'Addiction Suisse

Soutenir les parents dans leur mission éducative est essentiel dans l'optique de la prévention des addictions. Dans ce domaine, Addiction Suisse conseille les parents d'adolescent-e-s et vient en aide aux parents dépendants. Un coup d'oeil sur les offres:

Une page Facebook(2) propose des conseils de prévention des addictions, présente du matériel d'information pour les parents et aborde des sujets d'actualité.

La page Internet parents(3) propose une vue d'ensemble de toutes les offres d'Addiction Suisse.

La newsletter aux parents approfondit trois à quatre fois par année des thèmes d'actualité. Cette newsletter peut être abonnée ici(4). Lire la dernière lettre aux parents: Cannabis - en parler avec les ados (<http://mailings.addictionsuisse.ch/m/11578411/>).

Les guides de la série « En parler aux ados » sur l'alcool, le tabac, le cannabis et Internet(5), de même que les neuf lettres aux parents(6) sur des thèmes éducatifs en rapport avec la prévention des addictions sont régulièrement actualisés. Ils seront bientôt complétés par des vidéos explicatives et des pages internet en langage facile à lire.

Le site [www.parentsetaddictions.ch](http://www.parentsetaddictions.ch) conseille les parents qui souffrent d'une addiction.

Enfin, Addiction Suisse conseille gratuitement les parents qui ont des questions relatives aux produits et comportements pouvant entraîner une addiction au numéro gratuit 0800 105 105 (heures de bureau).

\* L'étude internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), menée tous les quatre ans, se penche sur la santé des élèves de 11 à 15 ans. La dernière enquête en date, dont les résultats sur la consommation de substances psychoactives ont été publiés, remonte à 2018. Voir la feuille d'information "Corrélat de la consommation de substances psychoactives chez les jeunes adolescent-e-s" (<http://tiny.cc/3en3dz>).

(1)<http://tiny.cc/9tx2dz> (2)<https://www.facebook.com/AddictionSuisse/> (3)<https://www.addictionsuisse.ch/parents/>

(4)<http://tiny.cc/14x2dz> (5)<http://tiny.cc/d7x2dz> (6)<http://tiny.cc/39x2dz>

Contact:

Addiction Suisse  
Markus Meury  
porte-parole  
[mmeury@addictionsuisse.ch](mailto:mmeury@addictionsuisse.ch)  
Tél.: 021 321 29 63

Medieninhalte



Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000980/100833530> abgerufen werden.