



6%

de jeunes garçons valaisans boivent du vin au moins une fois par semaine (moyenne suisse: 3%)



13%

de jeunes garçons valaisans boivent de la bière au moins une fois par semaine (moyenne suisse: 7%)

**ADOLESCENTS ET SORTIES** Dialoguer permet d'établir la confiance parents-enfants.

# C'est aussi le temps des copains

ANTOINE GESSLER

«Mais tous mes copains y vont. Pourquoi pas moi?» Argument suprême que l'ado assène à ses parents, guère enclins à transiger sur les horaires de sortie. Les festivités de carnaval qui se dérouleront en Valais au cours du prochain week-end relancent l'actualité de la question. Faut-il laisser sortir l'adolescent et jusqu'à quelle heure? Quelles recommandations lui prodiguer et quelles limites lui fixer?

«Ce n'est pas toujours «oui»



CORINNE CIPOLLA

«Il est important de dialoguer avec l'adolescent, qui est un adulte en construction. Négocier avec lui pour qu'il soit impliqué dans les décisions qui le concernent», explique Mme Corinne Cipolla, responsable prévention à Addiction Valais. «L'adolescent a besoin de limites car c'est ce qui le construit. Les parents doivent être clairs: que sont-ils prêts à autoriser ou non. Sur quoi sont-ils d'accord de négocier ou non.» Ces objets de négociations sont variés: type de sortie, heure de rentrée, budget, moyen de retour à domicile... Discuter ces aspects c'est élaborer un cadre pouvant garantir le bon déroulement de la soirée.

## Devoir d'information

Une sortie permet au jeune de vivre des moments souvent positifs, de retrouver ses amis. Effet de groupe, envie de faire la fête, de s'amuser... un verre de trop et la situation peut parfois rapidement déraiper. Même si les concernés ne le réalisent souvent pas à temps. Faut-il dès lors poser des interdictions? «Les parents



ont un devoir d'information. Il est important qu'ils sensibilisent leur enfant aux risques et dangers liés à la consommation d'alcool ou d'autres substances. Discuter ensemble des limites, des interdits et des sanctions en cas de transgression permet de contribuer à rendre leur enfant responsable. A l'adolescent de choisir ensuite de transgresser ou non les limites. Mais dans tous les cas les transgressions ou dérapages doivent être discutés.»

Le législateur, de son côté, régleme une partie de cette question: «Avant 16 ans, on n'est pas censé avoir accès à l'alcool. La réalité reste que souvent des jeunes y ont accès avant cet âge légal. Et, en dessous de 16 ans, dans les lieux publics, l'adolescent devrait être accompagné d'un adulte à partir de 22 h, ce qui dans les faits n'est pas toujours respecté.» Encore une fois, des limites sont posées par la loi, mais elles n'empêchent pas les transgressions, d'où l'importance que les parents en discutent avec leur adolescent.

## Rôle de modèle

Les parents ont «un rôle de modèle. Cela ne signifie pas qu'ils doivent être parfaits mais plutôt qu'ils puissent reconnaître leurs limites, voire leurs erreurs, et osent en parler avec le jeune.» L'adulte, en l'occurrence le parent, reste, malgré ses propres faiblesses, celui qui sait et qui doit sans cesse se demander ce qu'il veut pour ses enfants et quelles limites il va fixer pour que cela se réalise. Mais le dialogue permet de considérer et de s'adapter au jeune et à sa situation. Difficile de trouver un juste milieu entre tout interdire et tout permettre.

«Le jeune doit avoir un espace de parole, il doit pouvoir exprimer ses ressentis et sentir que ses parents s'intéressent à lui. Mais on ne doit pas avoir peur de lui apprendre la frustration. Cela lui permettra de comprendre que, dans la vie, ce n'est pas toujours «oui» mais aussi que tout est négociable.»

Avec, à la clé, dans le respect de chacun, l'édification permanente d'une confiance réciproque. ○

## POURQUOI BOIVENT-ILS?



Motifs de boire de l'alcool invoqués par les écolières et écoliers de 15 ans en 2010 (sondage effectué sur un échantillon de 1200 élèves en Suisse)

	GARÇON	FILLES		GARÇON	FILLES
● pour mieux apprécier une fête	77%	75%	● pour me reconforter lorsque je suis de mauvaise humeur	34%	37%
● simplement parce que cela m'amuse	73%	72%	● parce que cela m'aide lorsque je suis déprimé-e ou nerveux/se	29%	33%
● parce que c'est plus drôle lorsque je suis avec les autres	71%	64%	● pour oublier mes problèmes	25%	29%
● parce que j'aime la sensation que cela procure	63%	55%	● pour ne pas me sentir exclu-e	13%	11%
● pour que les fêtes soient plus réussies	62%	55%	● parce que j'aimerais faire partie d'un certain groupe	14%	8%
● pour être soûl-e	49%	35%	● pour être apprécié-e par les autres	12%	7%

Remarque: Plusieurs réponses étaient possibles. Seuls sont pris en considération les jeunes de 15 ans qui ont consommé de l'alcool dans les 12 mois précédant l'enquête.