

25.05.2016 - 11:05 Uhr

Addiction Suisse Consommation d'alcool, de tabac et de cannabis chez les jeunes: les parents ont un rôle à jouer

Lausanne (ots) -

Le soutien des parents est un point fort de la prévention des addictions, mais nécessite une solide connaissance des postures et mesures efficaces dans ce domaine. Une nouvelle revue systématique de littérature réalisée par Addiction Suisse confirme que les parents peuvent influencer de manière décisive la consommation de substances des 10 à 18 ans. S'intéresser aux loisirs de ses enfants, fixer et faire respecter des règles claires et instaurer un climat de confiance propice à des discussions régulières constituent autant de facteurs clés pour ce faire.

Dans leur revue de littérature (www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272735815300465) publiée récemment, Sandra et Emmanuel Kuntsche, chercheurs à Addiction Suisse, ont évalué de façon systématique les études existantes sur des programmes et projets de prévention des addictions axée sur les parents. Les programmes les plus efficaces pour retarder l'entrée en consommation de substances (alcool, tabac et cannabis) ou réduire la consommation des adolescents soutiennent et sensibilisent les parents en mettant l'accent sur les facteurs suivants:

- Importance de l'éducation: les parents connaissent l'importance de leur mission éducative et le rôle fondamental qu'ils jouent dans la prévention des addictions, notamment à la puberté, qui est une période marquée par de nombreux défis.
- Pilotage et connaissance des activités des ados: les parents s'intéressent à ce que font leurs enfants durant leurs loisirs et savent où et avec qui ils passent leur temps.
- Confiance et culture du dialogue: les parents s'attachent à instaurer un climat basé sur la confiance qui favorise des discussions franches et ouvertes. Il est notamment important de prendre suffisamment de temps pour discuter avec de grands ados.
- Définition de règles: les parents posent des règles claires et adaptées à l'âge de l'enfant concernant la consommation de substances et les appliquent de façon systématique. Avec des ados plus âgés, il est également possible de fixer les règles en commun.

Cette analyse de la littérature confirme que les parents peuvent jouer un rôle considérable sur l'entrée dans la consommation de leurs ados et sur le comportement de ces derniers en matière de consommation. Même si, à l'adolescence, les jeunes cherchent à prendre leurs distances par rapport à leurs parents et si l'influence des amis va croissant, les pères et mères restent des personnes de référence essentielles. C'est pourquoi Addiction Suisse soutient les parents dans leur mission éducative en mettant notamment à leur disposition un large éventail de supports et de guides (voir encadré).

L'offre d'Addiction Suisse pour les parents Addiction Suisse propose toute une palette de supports et de guides pour les parents, à commander ou à télécharger sur le site shop.addictionsuisse.ch/fr/:

- Lettres aux parents: destinées aux parents d'adolescents, ces lettres abordent des questions éducatives très variées en rapport avec la prévention des addictions (influence des amis, sorties, limites, communication, etc.).

<http://shop.addictionsuisse.ch/fr/61-types-de-support?categories=61%20141>

- Guides «Comment en parler avec les ados»: il existe quatre guides consacrés à l'alcool, au tabac, au cannabis et à internet.

<http://shop.addictionsuisse.ch/fr/64-cannabis?categories=77%2085%2088%20135%20140>

- Newsletter aux parents: deux à trois fois par an, ce bulletin électronique informe les parents intéressés sur des thèmes en lien avec l'éducation, les substances et les comportements susceptibles d'engendrer une addiction (usage d'internet, p.

ex.) et leur donne des conseils.

[hwww.addictionsuisse.ch/parents/](http://www.addictionsuisse.ch/parents/)

Addiction Suisse a également mis en place un service de conseil par téléphone pour les parents et autres personnes de référence qui s'inquiètent de la consommation de substances ou de l'usage problématique d'internet de leurs enfants. Aux heures de bureau, des professionnels répondent gratuitement aux questions au 0800 104 104; il est également possible de poser des questions par courriel à prevention@addictionsuisse.ch).

Les parents trouveront également de l'aide auprès des centres de consultation pour adolescents et familles, ou encore sur les sites www.formation-des-parents.ch et www.mon-ado.ch. Le site www.parentsetaddictions.ch est quant à lui destiné aux parents qui ont un problème d'addiction et à leurs partenaires ainsi qu'aux proches; il leur montre ce qu'ils peuvent faire pour favoriser le développement équilibré de leur enfant et les aider à dire non aux substances psychoactives.

Addiction Suisse soutient par ailleurs l'échange de savoirs dans le domaine de la prévention des addictions basée sur la famille. La fondation organise des réunions d'experts qui ont pour but d'intégrer les expériences faites dans ce domaine dans des projets modèles tout en permettant aux professionnels de profiter des connaissances acquises dans le cadre des nouvelles approches. Par ce biais, les institutions et les cantons participants peuvent accéder à des méthodes prometteuses de prévention des addictions axée sur la famille. C'est ainsi qu'Addiction Suisse a aidé Santé bernoise à mettre sur pied un programme de cours (en allemand) destiné aux familles monoparentales. (www.suchtschweiz.ch/suchtfachstellen/kursangebot/)

La fondation Addiction Suisse est un centre de compétences national dans le domaine des addictions. Elle est active dans la recherche, conçoit des projets de prévention et s'engage pour une politique de santé. Le but de la fondation est de prévenir ou d'atténuer les problèmes issus de la consommation d'alcool et d'autres substances psychoactives ou liés aux jeux de hasard et à l'usage de l'internet. Plus de 200 000 personnes soutiennent notre ONG.

Pour en savoir plus sur Addiction Suisse: www.addictionsuisse.ch

Vous trouverez le présent communiqué de presse sur : www.addictionsuisse.ch/fr/actualites/communiques-de-presse

Contact:

Corine Kibora
Porte-parole
ckibora@addictionsuisse.ch
tél.: 021 321 29 75

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000980/100788499> abgerufen werden.