

CACHEZ CET ALCOOL QUE JE NE SAURAI VOIR ! ENTRE PARADOXES ET TABOUS, QUELLE EDUCATION EST POSSIBLE ?



© D.Houssonloge

Dominique Houssonloge

ANALYSE UFAPEC
SEPTEMBRE 2020 | 09.20



Résumé :

La surconsommation d'alcool chez les jeunes est un problème complexe. Et si une des difficultés provenait du statut de l'alcool et des ambiguïtés qu'il suscite dans notre société ? Drogue sociale et culturelle, une éducation à une consommation responsable est-elle possible ?

Mots-clés :

Alcool, alcoolisation, alcoolisation juvénile, drogue culturelle, alcoolisme, assuétudes, dépendances, binge drinking, neknomination

Nb : tous les liens Internet ont été vérifiés le 17 juillet 2020



Avec le soutien du Ministère
de la Fédération Wallonie-Bruxelles

Introduction

La question de l'alcool chez les jeunes génère des préoccupations, des conflits voire des drames pour les familles comme pour les écoles. En tant qu'organisation parentale, l'UFAPEC est régulièrement interpellée sur la question : dans le cadre scolaire, comment gérer la consommation d'alcool lors des soirées, des voyages, du temps de midi et aux abords de l'école ? Dans le cadre familial, comment gérer cette consommation lors des sorties et soirées, mais aussi comment éduquer et accompagner le jeune vers une consommation régulée et responsable ? Entre l'interdiction totale et le laisser-faire, en étant souvent soi-même consommateur, il n'est pas évident d'aborder la question et de faire de la prévention. La régionale du Brabant wallon en collaboration avec l'association de parents du collège Saint-Etienne des Hayeffes a consacré une soirée d'information et d'échange à la question¹. Un des constats était le suivant : la surconsommation d'alcool chez les jeunes est un problème complexe. Et si une des difficultés provenait du statut de l'alcool et des ambiguïtés qu'il suscite dans notre société ? Drogue sociale et culturelle, une éducation à une consommation responsable est-elle possible ?

L'alcoolisation du Belge en quelques mots et chiffres

À son arrivée aux urgences de l'hôpital de Charleroi, une jeune fille se trouve déjà dans un coma éthylique. Les faits se sont produits le 31 décembre dernier, à l'issue d'une soirée visiblement très arrosée. "Ça me rend triste", témoigne son amie à l'hôpital. "Ça me donne envie de pleurer, j'ai vraiment peur pour elle."²

Constat inquiétant, le Belge est le champion du monde de la consommation d'alcool (en moyenne, 12,6 litres d'alcool pur par an) d'après une enquête de l'OCDE (Organisation de coopération et de développement économiques).³

Par ailleurs, d'après la dernière enquête réalisée en 2013 par l'Institut scientifique de santé publique :

- **82 % de la population belge** (de 15 ans et plus) **consomme** de l'alcool.
- 18 ans est l'âge moyen auquel le Belge commence à boire.
- 51 % des belges consomment de l'alcool au moins une fois par semaine.
- Parmi les buveurs hebdomadaires, la consommation moyenne s'élève à 11 verres par semaine soit 1,5 verre par jour ou 5,5 verres par jour de week-end.
- **La proportion de consommateurs quotidiens a presque doublé** depuis la première enquête : 8 % en 1997 et 14 % en 2013.
- En revanche, la surconsommation d'alcool semble diminuer : 6 % de la population en 2013 contre 8 % à 9 % en 2008.

¹ *L'alcool et les jeunes : s'informer pour bien gérer* avec l'intervention du Dr. Raymond Gueibe, alcoologue. Collège Saint-Etienne des Hayeffes à Mont-Saint-Guibert, 2 mai 2018

² RTL Info, *Six jeunes admis chaque jour à l'hôpital pour abus d'alcool : voici les chiffres inquiétants sur nos ados*, 06/12/2019 - <https://www.rtl.be/info/belgique/societe/six-jeunes-admis-chaque-jour-a-l-hopital-pour-abus-d-alcool-voici-les-chiffres-inquietants-sur-nos-ados-1179433.aspx>

³ *Panorama de la santé 2017 - Les indicateurs de l'OCDE* - https://www.oecd.org/fr/els/systemes-sante/Panorama-de-la-sant%C3%A9-2017_Chartset.pdf

- Le profil de consommation varie également avec l'âge. Pour certains indicateurs, **les taux sont plus importants dans la population d'âge actif (surtout vers 45-64 ans)** : c'est le cas pour le fait de consommer de l'alcool, la quantité moyenne consommée par semaine, la surconsommation hebdomadaire et l'usage problématique de l'alcool.
- **Pour d'autres indicateurs, peut-être les plus alarmants, les âges critiques concernent avant tout (ou également) les jeunes de 15-24 ans, surtout masculins** : c'est le cas pour **la surconsommation d'alcool (14 %), l'hyper-alcoolisation hebdomadaire (14 %) et l'ivresse ponctuelle** (20 % de ceux qui s'hyper-alcoolisent). En somme, les jeunes ont tendance à boire beaucoup, sur peu de jours et en peu de temps – à l'occasion des sorties probablement.⁴

Enfin, une autre enquête de l'Agence Inter Mutualiste de 2019 indique qu'en moyenne, **six jeunes âgés de 12 à 17 ans sont admis chaque jour à l'hôpital** en raison d'une consommation abusive d'alcool.⁵

L'alcool sacralisé

Pour enrayer la problématique de l'alcool juvénile, l'éducation, la prévention, mais aussi la réglementation, sont essentielles, mais la tâche est rude face à ce que l'on peut appeler le sacre de l'alcool.

J'ai fait les courses et acheté l'indispensable, mon vin et mon whisky. Je peux tenir le siège ! Le confinement a été l'occasion de voir la place énorme qu'occupait l'alcool dans la vie de nombreux Belges : rayons vides, apéros en ligne sur les réseaux sociaux où l'on pose verre à la main et où l'on se fait de nouveaux « amis », mais aussi neknomination relevée par des jeunes, mais aussi par des adultes. Le principe est le suivant : on est nommé par un contact et le challenge consiste à se filmer, souvent seul chez soi vu le confinement, en train de boire quatre verres d'alcool cul sec. Une fois le défi relevé, on nomme 4 contacts. Si on ne relève pas le défi dans les 24 heures, on doit payer un resto à son ami. Bien entendu, on peut être nommé plusieurs fois et choisir de faire ces défis en une seule fois. La neknomination est vite devenue virale et a généré des dérives et des morts.⁶ Ce qui est interpellant c'est le fait que des adultes soient rentrés dans le jeu sans prendre conscience du message qu'ils envoyaient, en particulier aux jeunes. Voir son parent, son oncle, sa tante, ses aînés relever ce genre de défi n'est-il pas un message autorisant clairement le fait de boire pour boire ? Et d'en être très fiers au point d'inciter les autres à faire pareil et même à ne pas pouvoir envisager que le défi ne soit pas relevé.⁷

Tu es enceinte ou quoi ? Tu n'as pas envie de t'amuser ? Allez, bois un coup, lâche-toi, décoince-toi ! Un petit verre n'a jamais fait de mal à personne ! On n'est jamais malade

⁴ Institut scientifique de santé publique, Enquête de santé 2013 Rapport 2 : *Comportements de santé et style de vie*, pp. 33-34 - https://his.wiv-isp.be/fr/Documents%20partages/AL_FR_2013.pdf

⁵ L'Agence Inter Mutualiste, Communiqué de presse : *Six jeunes par jour à l'hôpital pour abus d'alcool* - 07/12/2019 - <https://www.ima-aim.be/Communique-de-presse-Six-jeunes-par-jour-a-l-hopital-pour-abus-d-alcool-07-12>

⁶ RTBF Info, NeKnomination ... boire à en mourir, 29/04/2020

- https://www.rtbef.be/info/societe/onpdp/detail_neknomination-boire-a-en-mourir?id=10491356

⁷ <https://www.lalibre.be/planete/sciences-espace/la-neknomination-un-jeu-a-boire-qui-inquiete-deja-5-morts-530209913570516ba0be0c44>

avec du champagne, au contraire ! Je fais moi-même cet alcool, que des bonnes choses, goûte-moi ça ! Que dire du regard porté sur ceux qui ne boivent pas ? Ceux qui n'aiment pas, ceux qui sont intolérants, ceux qui ont des soucis de santé leur interdisant de consommer et enfin ceux qui sont devenus abstinents ? Il y a une pression sociale démesurée à ce sujet. Normalisé et même recommandé, l'alcool est partout. Il est l'invité de marque des repas, des moments conviviaux et festifs en famille, entre amis, dans les espaces publics et même au travail. L'alcool bénéficie d'une place de choix dans les lieux de vente, magasins, pompes à essence, cafés, restaurants. A la maison, il trône fréquemment dans une vitrine, et parfois même une pièce lui est dédiée, bar, cave à vins... Il est présenté dans de magnifiques bouteilles que certains collectionnent et il est servi dans des verres design. Le contenant séduit autant que le contenu. Et que dire des produits qui ciblent spécialement les jeunes ? « Grave beaux, stylés, trop bons... » Les alcooliers ont investi cette niche commerciale et les produits destinés aux jeunes abondent. A la télé et au cinéma, espaces de socialisation des jeunes, est-il possible de regarder un film où on ne voit pas des personnes boire un apéro ou partager un bon repas bien arrosé ? Autant nous ne voyons quasi plus jamais quelqu'un fumer dans un film, autant ce n'est pas le cas pour le fait de boire de l'alcool !

C'est majoritairement en famille que le jeune découvre l'alcool : *En France, l'initiation est précoce : 80 % des garçons et 70 % des filles déclarent avoir consommé de l'alcool dès l'âge de 11 ans. Dans l'ensemble, cette consommation est plutôt familiale. C'est ce que révélait récemment la toute première enquête réalisée par le Comité français d'éducation pour la santé (CFES) auprès de 4.000 adolescents âgés de 12 à 19 ans.*⁸

Au-delà de ça, boire de l'alcool est considéré dans certains milieux comme un rite de passage à l'âge adulte tout spécialement chez les garçons pour qui c'est une marque de virilité.⁹

Les risques

Si *boire un petit verre c'est agréable*, rappelons tout d'abord les risques liés à une surconsommation d'alcool de façon ponctuelle ou quotidienne :

- À court terme, baisse de conscience, hypothermie, convulsions, augmentation du nombre d'accidents et de traumatismes. Chez les jeunes, lésions cérébrales permanentes, conduisant à une baisse des résultats scolaires et une diminution de leurs chances sur le marché du travail.
- À plus long terme, cirrhose du foie, maladies cardiovasculaires et différentes formes de cancer.¹⁰

Or, contrairement aux autres drogues, notre société autorise et même encourage la consommation d'alcool : les « vertus » reconnues à l'alcool sont nombreuses : il réchauffe, reconforte, donne du courage, détend, désinhibe, permet de s'amuser et de

⁸ Déviances d'hier, normes d'aujourd'hui ? in *Sciences humaines*, novembre 1999 -

https://www.scienceshumaines.com/deviances-d-hier-normes-d-aujourd-hui_fr_11206.html

⁹ Idem

¹⁰ L'Agence Inter Mutualiste, communiqué de presse : *Six jeunes par jour à l'hôpital pour abus d'alcool* - 07/12/2019 - <https://www.ima-aim.be/Communique-de-presse-Six-jeunes-par-jour-a-l-hopital-pour-abus-d-alcool-07-12>

faire la fête. Il est également présent dans la gastronomie en accompagnement de nos plats ou pour relever certains mets. Il nous permet de découvrir de nouvelles saveurs au point d'être devenu une science et il est de bon ton d'avoir des bases d'œnologie en société...

L'alcool est légalisé par les autorités et présent dans les principales instances de socialisation du jeune : la famille, l'école, les groupes de pairs et les médias. Il est aussi comme le fait remarquer Martin de Duve, alcoologue, le seul psychotrope¹¹ pour lequel la publicité est encore autorisée !¹²

Face à un tel sacre, le message que nous envoyons inconsciemment au jeune dès le plus jeune âge n'est-il pas que l'alcool c'est bon et bien et que devenir adulte, c'est s'alcooliser ?

Paradoxes et tabous

Mais si l'alcool est normalisé et même consacré, si boire un petit verre et même être un peu pompette en société sont admis et appréciés, les personnes alcooliques subissent la désapprobation, voire l'exclusion sociale. Entre les deux, la frontière est floue et les tabous nombreux. Qui ose dire qu'il boit son petit apéro tous les soirs en rentrant après le stress d'une dure journée de travail ? Qui ose dire qu'il s'est pris une cuite seul pour échapper à un mal-être ou à la solitude ? Qui reconnaît qu'il a repris sa voiture en ayant trop bu ? Qui ose parler de son sevrage à l'alcool, alors qu'il n'y a pas de honte à parler de celui au tabac ? Il est plutôt mal vu de consommer au café tous les jours, d'aller rechercher son enfant à l'école ou ailleurs en sentant l'alcool... Dès lors, les stratégies pour masquer une consommation jugée excessive ou inappropriée sont nombreuses. Et lorsque cela touche un membre de son entourage, on a tendance à fermer les yeux sur une addiction bien dérangeante ou même à appliquer la loi du silence : *Mais non ta mère n'est pas alcoolique ! Je ne veux plus en entendre parler !*

Par rapport aux jeunes, Martin de Duve pointe des paradoxes criants :

- *L'alcool est intégré et banalisé dans notre culture et pourtant incriminé de fléau chez les jeunes à qui l'on en interdit l'usage.*
- *La publicité pour l'alcool et le développement de nouveaux produits destinés aux jeunes sont autorisés alors que la loi leur en interdit la consommation.*
- *De nombreuses demandes d'adultes-relais arrivent sur les questions d'alcool alors que l'alcool reste encore bien souvent un sujet tabou.¹³*

¹¹ Un psychotrope est une substance qui agit principalement sur l'état du système nerveux central en y modifiant certains processus biochimiques et physiologiques cérébraux, sans préjuger de sa capacité à induire des phénomènes de dépendance, ni de son éventuelle toxicité. En altérant de la sorte les fonctions du cerveau, un psychotrope induit des modifications de la perception, des sensations, de l'humeur, de la conscience (états modifiés de conscience) ou d'autres fonctions psychologiques et comportementales.

Source : <https://fr.wikipedia.org/wiki/Psychotrope>

¹² RTBF Info, Neknomination ... boire à en mourir, op. cit.

¹³ <https://www.martindeduve.be/>

Les jeunes plus à risque ou trop stigmatisés ?

Face à des jeunes qui se cachent moins qu'autrefois, face à de nouvelles pratiques comme le « binge drinking » (s'alcooliser le plus rapidement possible) face à de nouveaux produits exclusivement *jeunes* présents partout, face à des événements publics alcoolisés et réservés aux jeunes, la tendance est de tomber dans l'angoisse et la stigmatisation. Le discours habituel et alarmiste est qu'aujourd'hui, les jeunes boivent plus, trop tôt et ne sont pas responsables dans leur consommation.¹⁴

Or, même si les dangers d'une alcoolisation ponctuelle et sociale sont bien présents, on observe que les jeunes (adolescents et jeunes étudiants) ne sont pas plus à risque que les adultes chez qui on recense plus d'alcooliques dépendants : *Aborder le sujet de l'alcool chez les jeunes fait parfois surgir quelques lieux communs. Non, les conduites à risques ne sont pas en augmentation : en France, au fur et à mesure que le niveau d'éducation a progressé, la consommation a diminué. Non, les étudiants ne passent pas toutes leurs soirées à s'enivrer : en réalité, ils boivent moins que leurs homologues en activité professionnelle. Pour autant, les dangers de l'alcool restent prégnants pour la jeune génération.*¹⁵

A contresens des stéréotypes habituels, le sociologue Yannick Le Hénaff montre comment les jeunes veillent à contrôler leur consommation. Son enquête auprès d'étudiants du supérieur indique que les jeunes se fixent des limites. *Tête qui tourne, perte de repères... pour jauger de son état, chacun prend en compte divers indicateurs. Cela n'empêche pas des « dérapages » occasionnels, mais ces derniers constituent souvent une source d'apprentissage sur ce qui ne doit pas être réitéré : boire trop vite, à jeun, mélanger des alcools etc.*¹⁶

S'il y a de la bravade et une incitation à boire mutuelle, il y a également chez les jeunes un contrôle social et une dénonciation de ceux qui ne savent pas gérer : *Ce modèle d'apprentissage est donc ambivalent : il valorise les conduites d'excès mais condamne l'absence de maîtrise.*¹⁷

Boire est donc un apprentissage avec essais et erreurs où il est nécessaire d'avoir des repères et des balises. C'est là qu'intervient le rôle des adultes et des pairs.

¹⁴ Voir notamment Martin de Duve, op. cit.

¹⁵ Hugo Albandea, Les jeunes boivent-ils trop ? in *Sciences humaines*, octobre 2019 - https://www.scienceshumaines.com/les-jeunes-boivent-ils-trop_fr_41291.html - Voir aussi <https://www.martindeduve.be/>

¹⁶ Julia Bihl, « Gérer sa consommation d'alcool, ça s'apprend » in *Sciences humaines*, juin 2016 https://www.scienceshumaines.com/gerer-sa-consommation-d-alcool-ca-s-apprend_fr_36234.html

¹⁷ Idem.

Quelle éducation possible ?

Dans une société où l'alcool est un produit culturel et en même temps une drogue dangereuse, où l'adulte est lui-même consommateur et parfois dans des conduites à risques, de dépendance et de dissimulation, oui la tâche éducative est possible et même essentielle même si elle est aussi complexe et usante. *Mon fils s'en fiche absolument de ce que je peux lui dire quand j'essaie de lui parler des dangers de l'alcool et de la biture express. A 15 ans, il sait mieux que tout le monde et me répond sans arrêt « ça va, Maman. Je gère ! »*¹⁸ Mais, contrairement à ce qu'ils montrent, les adolescents gardent des attentes fortes vis-à-vis des adultes en matière de santé et de notamment de consommation d'alcool¹⁹. Malgré une attitude souvent indifférente et moqueuse, l'adolescent a besoin d'être accompagné dans sa découverte de l'alcool et des risques qu'il représente : *Il leur faut rester ouverts à la discussion, mais sans s'imposer. Responsabiliser son ado veut dire le rendre capable de faire des choix de vie sans pression extérieure, mais par une argumentation raisonnée qu'il se sera appropriée.*²⁰

Cet accompagnement ne passe-t-il pas par une découverte cadrée, progressive et responsable en famille ? C'est le point de vue du Groupe porteur Jeunes et alcool qui réclame une dépénalisation de l'apprentissage parental dans la consommation d'alcool étant donné qu'à l'heure actuelle, proposer de l'alcool à son enfant de moins de 16 ans, même si on est à notre domicile est interdit par la loi.²¹ Plutôt que de tourner autour du pot, les parents n'ont-ils pas le droit de faire découvrir l'alcool, mais aussi ses effets et ses risques, à leur enfant ? C'est également le point de vue de l'UFAPEC qui, dans une perspective éducative, demande que cette dépénalisation soit accompagnée notamment par une sensibilisation et des messages clairs sur les produits et les conséquences d'une consommation excessive ou non maîtrisée.

N'est-ce pas aussi en (re)visitant nos propres représentations et pratiques que nous pourrions mieux prévenir les risques liés à l'alcoolisation des jeunes ? Dépasser les tabous et oser parler de la problématique en famille, à l'école au besoin avec des alcoologues et des associations de prévention, parler du rôle de l'entourage qui doit mettre le holà face à quelqu'un de trop imbibé, oser se rassembler et faire la fête en normalisant la place des boissons non-alcoolisées, oser montrer sa propre vulnérabilité face à un risque de dépendance, s'engager soi-même dans des actions de prévention ou de sevrage comme la tournée minérale, autant de choses qui peuvent aider à la réflexion et au dialogue autour de la question. *J'ai insisté pour que mes deux ados m'accompagnent à la conférence de Raymond Gueibe. Cela a eu beaucoup d'effets sur eux, ils se sont rendu compte des risques et de la complexité du problème comme du rôle qu'ils doivent jouer auprès de leurs copains*²² : « L'alcool, version copain responsable : Si mon pote ne peut plus s'arrêter, je l'empêche de boire, car je me souviens que son cerveau n'en est plus capable. Et s'il s'endort alors qu'il a beaucoup bu, je le réveille régulièrement et lui pose

¹⁸ Propos recueillis par Dominique Houssonloge, juillet 2020.

¹⁹ Christine Barras, *L'éducation par les parents à la consommation responsable*, 13 mars 2019 - <https://www.jeunesetalcool.be/leducation-par-les-parents-a-la-consommation-responsable/>

²⁰ Idem.

²¹ <https://www.jeunesetalcool.be/nos-revendications/> Le Groupe porteur "Jeunes, alcool & société" regroupe aujourd'hui 12 associations issues des secteurs de l'éducation, de la santé et de la jeunesse dans le but de promouvoir des consommations responsables et moins risquées d'alcool.

²² Témoignage d'une maman à la suite de la conférence *L'alcool et les jeunes*, op. cit.

*des questions simples afin de m'assurer qu'il n'est pas dans le coma. Et si c'est le cas, j'appelle le 112 »*²³ L'école est un lieu où la prévention et la sensibilisation sont essentielles. Il peut y avoir des discussions au sein de certains cours, comme le cours de chimie, de bio, où le processus de dépendance est expliqué... Les éducateurs peuvent aussi jouer un rôle car leur approche est différente de celles des parents. De nombreux jeunes vivent aussi l'alcoolisme de leurs propres parents et ne savent pas à qui se confier. Il est temps de rompre le silence, rompre la norme !

A côté de l'éducation et de la prévention, la réglementation est indispensable. Comme elle l'exprimait déjà en 2010²⁴, l'UFAPEC demande que cette réglementation soit renforcée et cohérente et rejoint les revendications du Groupe porteur en la matière :

- Supprimer la publicité pour les produits alcoolisés
- Clarifier et simplifier la loi
- Créer un Conseil fédéral de la publicité
- Rendre l'eau gratuite dans l'Horeca
- Obliger l'étiquetage nutritionnel sur les boissons alcoolisées
- Découpler la publicité alcool des espaces de campagnes de prévention sur les médias publics
- Modifier le slogan actuel sur les publicités pour les produits alcoolisés²⁵

Conclusion

La question de l'alcoolisation des jeunes reste un problème de société à prendre à bras le corps, même si, contrairement aux idées reçues, il n'est pas en augmentation chez les jeunes étudiants et même si ce n'est pas dans cette tranche d'âge qu'il y a le plus de dépendance.

Drogue culturelle par excellence, l'alcool dans ses 1001 déclinaisons et ses contenants séduisants fait partie de notre quotidien malgré tous les dangers et les risques d'addiction qu'il représente. En faire un tabou comme un produit anodin c'est rendre impossibles toute éducation et toute prévention. Éduquer, prévenir et légiférer passent par une prise de conscience du statut paradoxal et ambigu de l'alcool dans notre société.

C'est à la famille, à l'école, clubs sportifs, mouvements de jeunesse, lieux de socialisation, qu'il revient d'informer, sensibiliser, accompagner et baliser en responsabilisant peu à peu le jeune. Ce travail ne sera possible que par une réglementation claire et cohérente où l'intérêt du jeune consommateur prime sur celui de l'économie.

²³Journal de l'Association de Parents, Collège Saint-Etienne des Hayeffes, 4e année – juin 2018 – N° 16 -

²⁴ Voir les analyses de France Baie de 2010 sur le sujet - [http://www.ufapec.be/nos-analyses/?page=4&doctypes=9&categorie_politique_scolaire=&year\[\]=2010&thematique=](http://www.ufapec.be/nos-analyses/?page=4&doctypes=9&categorie_politique_scolaire=&year[]=2010&thematique=)

²⁵ <https://www.jeunesetalcool.be/nos-revendications/>