

Responsabiliser les jeunes

MARTIGNY ▶ Le semestre de motivation a mis sur pied une journée de prévention sur les dépendances et leurs conséquences dans le monde professionnel.

CHRISTIAN CARRON

Les dépendances, quelles qu'elles soient, sont incompatibles avec une activité professionnelle. C'est ce message qu'a voulu faire passer le semestre de motivation jeunesse de Martigny (SEMO) en organisant hier une journée préventive en collaboration avec la Ligue valaisanne contre les toxicomanies (LVT). «Ça peut paraître un peu simpliste comme message, mais des jeunes le croient encore, juste parce qu'on ne leur a pas montré le contraire» explique Pierre-Alain Zimmerli, responsable du Semo. Pour une cinquantaine de jeunes, cette démonstration a pris la forme d'ateliers de création et de discussion, de jeux de rôle et de témoignages.

Éviter de moraliser

«Un message de prévention doit éviter d'être moralisateur» souligne Gaël Blanchet, intervenant en dépendance à la LVT. «La réalité professionnelle a beaucoup plus d'impact lorsqu'elle est décrite par un employeur ou une personne qui a perdu son emploi des suites d'une dépendance. Les exemples concrets frappent également les esprits, comme cette personne qui quittait régulièrement son poste pour aller fumer. Un décompte précis a montré qu'elle était absente près de deux heures et demie par jour, ce qui fait pratiquement trois mois par année!» Mais pas question de stigmatiser l'une ou l'autre dépendance. «Aujourd'hui, on parle vraiment de toutes les dépendances, liées ou pas à l'usage de substances.»

Risques et solutions

Pierre-Alain Zimmerli observe également une évolution au Semo. «Il y a dix ans, on parlait essentiellement de cannabis. Aujourd'hui, cette consommation a nettement diminué. Il y a encore quelques problèmes liés à l'alcool. Mais le phénomène le plus inquiétant, c'est la cyberdépendance. Quand une personne se couche tous les jours à 3h du matin, comment voulez-vous qu'elle assume un travail?» Par ce type de journée, le Semo entend responsabiliser les jeunes en recherche d'un emploi. «Nous n'avons pas attendu cette journée pour fixer des règles de conduite internes. Mais c'est très important de pouvoir exposer des cas concrets du monde du travail, analyser les risques mais aussi voir qu'il existe des solutions. Tout en sachant qu'au final, ce sont les jeunes qui décideront de leur comportement.»



Par des ateliers de création, des jeux de rôle ou des témoignages, les jeunes ont abordé de manière très pratique la problématique de la dépendance dans le monde professionnel. HOFMANN



«Quand tu joues beaucoup, tu te coupes de tout, de la famille, des amis», reconnaissent Roman et Bryan. HOFMANN

«Toute la difficulté, c'est de trouver l'équilibre entre loisirs et dépendance»

Roman (18 ans) et Bryan (17 ans) sont des cyberdépendants repentis comme ils disent. Les nuits entières passées devant l'écran de l'ordinateur ou de la console, ils connaissent.

«J'arrivais complètement crevé au cours, j'avais de la peine à suivre. J'avais même souvent les yeux rouges à cause de la fatigue. Du coup on me soupçonnait de fumer...» explique l'un d'eux. «Quand tu joues beaucoup, tu te coupes de tout, de la famille, des amis. Tu perds non seulement beaucoup de temps, mais aussi pas mal d'argent» poursuit l'autre.

La journée du Semo ne leur a rien apporté de vraiment nouveau – «la théorie on la connaît depuis l'école primaire!» – mais elle leur a surtout rappelé la difficulté à sortir d'une telle spirale. «Il faut pouvoir compter sur des gens autour de nous, les parents, les patrons ou les profs, pour nous mettre en face de la réalité et fixer des limites. Jusqu'à ce qu'on arrive à se gérer seul.» Se sentir responsable, c'est le sentiment qu'ils partagent aujourd'hui. «Toute la difficulté, c'est de trouver la différence et l'équilibre entre loisirs et dépendance.»