

# *Consommation d'alcool et influence du groupe : comment aider mon adolescent à faire face ?*

L'adolescence est une période de forte pression sociale. Le désir de s'intégrer et l'effet de groupe peuvent être très présents. De nombreux adolescents pensent qu'il est normal de consommer de l'alcool, si « tous les autres le font ».

Pour prévenir ou déconstruire cette représentation, **ouvrez le dialogue** en partant de son expérience: "Est-ce que tu penses que c'est toujours facile de dire non ? Comment réagirais-tu si on te proposait une bière ?", et **citez des exemples de personnalités publiques** qui ne boivent pas d'alcool (Zendaya, Rihanna, Pharell Williams, ou encore les DJ Bob Sinclar et Micklemore) pour valoriser des modèles positifs pouvant influencer sa perception de l'alcool.

Je vais PRENDRE UN DIABOLO MENTHE

T'es un fou toi... tu sais faire la fête hein

Zendaya, Jennifer Lopez et Cristiano Ronaldo non plus, ils ne boivent pas d'alcool et ils sont cools pourtant !