

# ENFANTS DE PARENTS AVEC UNE ADDICTION: QUE PEUT FAIRE L'ENTOURAGE?



ADDICTION | SUISSE

**MAMAN  
PAPA BOIT  
BOIT**

PROGRAMME NATIONAL  
ENFANTS DE PARENTS AVEC UNE ADDICTION

# SI VOUS VOUS FAITES DU SOUCI, PLUSIEURS OPTIONS S'OFFRENT À VOUS :

1. J'EN PARLE  
AVEC LE OU LES  
PARENTS AVEC  
UNE ADDICTION P. 5

2. J'EN PARLE  
AVEC L'ENFANT P. 6

3. JE SUIS LÀ  
POUR L'ENFANT P. 8

4. J'EN PARLE  
AVEC UN OU UNE  
PROFESSIONNEL·LE  
EN CONTACT  
AVEC LA FAMILLE P. 10

5. JE CONTACTE  
UN SERVICE SPÉCIALISÉ P. 10

6. JE CONTACTE  
L'AUTORITÉ  
DE PROTECTION  
DE L'ENFANCE P. 11

# JE ME FAIS DU SOUCI POUR UN ENFANT ET SA FAMILLE : QUE PUIS-JE FAIRE ?

Que faire dépend de votre proximité avec cet enfant, mais aussi de ce que vous observez chez lui ou chez son ou ses parents.

De manière générale, le dialogue avec les parents est à privilégier, mais n'hésitez pas à vous adresser aux professionnel·le·s qui sont en contact avec la famille ou à des spécialistes en addiction. Ceci vous aidera à mieux comprendre la situation et savoir comment agir.

Toutefois, si la situation vous semble préoccupante, vous pouvez demander conseil à l'Autorité de protection de l'enfance.

**Si la situation vous paraît très urgente et l'enfant en danger immédiat, n'hésitez pas à appeler la police.**

« L'enfant doit être protégé. **S'il se confie à vous, considérez que c'est un cadeau et non un fardeau.** (...) Reconnaissez la souffrance d'un enfant, une supplique, un signe non verbal. Soyez à l'écoute. Réfléchissez à ce que vous avez perçu, quitte à ce que ce ne soit qu'une fausse alerte. **Mieux vaut proposer son soutien une fois de trop que pas assez.** »

Marc\* a grandi avec des parents souffrant d'une addiction

\* Nom d'emprunt

«Mon message [...] serait pour les adultes qui connaissent des enfants qui vivent dans une famille avec un ou des parents dépendants. **Ne pas rester indifférent, ne pas se dire que «ça pourrait être pire».** Si on connaît des enfants dans cette situation, il faut demander conseil à des professionnel-le-s pour voir ce qui peut être fait. Il faut aussi rappeler que «signaler» ce genre de problème ne va pas forcément déclencher une immense machine administrative qui va briser la famille et envoyer des enfants en foyer. Mais ça permettra peut-être d'apporter un peu de soutien à quelqu'un qui en a besoin.»

Aline\*, a grandi avec une mère souffrant d'addiction



\* Nom d'emprunt

# 1. J'EN PARLE

## AVEC LE OU LES PARENTS

### AVEC UNE ADDICTION

Il est fréquent que les personnes souffrant d'addiction soient dans le déni et ne reconnaissent pas leur problème. Dans ce cas, parler de l'addiction de manière directe avec le parent risque d'être contre-productif. En effet, celui-ci peut ressentir de la honte ou d'autres sentiments et refuser d'en parler. Il est donc préférable, dans un premier temps, d'aborder le sujet en parlant de ce qu'on a observé chez l'enfant et des inquiétudes qu'on a, sans nécessairement parler d'addiction.

**Il est important de ne pas porter de jugement sur le parent concerné. Rappelez-vous que l'addiction est une maladie et que tout père ou mère essaie, à sa manière, d'être un bon parent.**

**Si le parent semble prêt à parler de son addiction,** vous pouvez en discuter avec lui de manière plus ouverte. Il se peut d'ailleurs que cette personne soit déjà prise en charge pour son problème d'addiction ou qu'elle soit bien entourée pour s'occuper de son enfant (par exemple grâce à l'autre parent ou à des grands-parents).

**Si le parent n'est pas pris en charge,** encouragez-le à parler avec un ou une professionnel·le (médecin, psychologue, intervenant·e en addiction, assistant·e social, consultant·e parent-enfant, etc.).

Le site [www.parentsetaddiction.ch](http://www.parentsetaddiction.ch) est destiné à tout parent confronté à une addiction. Il propose de nombreux conseils et réflexions autour de la parentalité et de l'addiction.

## 2. J'EN PARLE AVEC L'ENFANT

Tout enfant est extrêmement loyal envers ses parents. Si son ou ses parents sont touchés par une addiction, l'enfant aura tendance à cacher ce qui se passe dans sa famille. Pour essayer d'aborder le sujet avec l'enfant, vous pouvez poser des questions générales sur comment ça se passe en famille ou lui dire ce que vous avez observé chez son ou ses parents (avec délicatesse et sans jugement).

Si l'enfant ne semble pas ouvert à en parler, il ne faut pas le forcer. Il n'est probablement pas prêt ou ne souhaite pas s'ouvrir à vous. En revanche, il a peut-être compris que vous êtes au courant de sa situation et que vous êtes ouvert à en parler. Il pourra alors éventuellement venir vers vous le jour où il souhaitera aborder le sujet.

A tout âge, un enfant peut s'adresser au **147**, la ligne d'urgence pour enfants et adolescent-e-s (numéro de téléphone, chat, SMS et e-mail [www.147.ch/fr](http://www.147.ch/fr)).

Les enfants âgés de 8 ans et plus trouveront des informations et des témoignages qui pourront l'aider sur les sites : [www.mamanboit.ch](http://www.mamanboit.ch) ou [www.papaboit.ch](http://www.papaboit.ch)

Pour les enfants âgés de 11 ans et plus, le site [www.ciao.ch](http://www.ciao.ch) propose des informations et la possibilité de poser des questions à des spécialistes ou à des enfants et jeunes de son âge.

Si la question de l'addiction du ou des parents a déjà pu être abordée, vous pouvez faire passer quelques messages essentiels à l'enfant (à adapter également en fonction de l'âge de l'enfant).

- **L'addiction est une maladie qui amène les gens à perdre le contrôle de la consommation d'une substance ou d'un comportement.**
- **Ce n'est pas la faute des enfants si le parent a un problème d'addiction : ils ne sont pas responsables de la situation que vit leur père ou mère.**
- **L'enfant a le droit de se sentir bien, même si son parent vit des difficultés.**
- **Il n'est pas le seul à vivre cette situation, de nombreux enfants sont concernés.**
- **C'est tout à fait normal d'avoir des sentiments contradictoires envers son ou ses parent-s : amour, haine, colère, honte, culpabilité, etc.**
- **Il a le droit de parler de ce qu'il vit à la maison et de demander de l'aide.**

Pour assurer sa sécurité, on peut évoquer avec l'enfant ce qu'il pourrait faire dans une situation difficile ou dangereuse : les personnes ou les proches chez qui il pourrait se réfugier et les numéros d'urgence qu'il devrait connaître : **police 117, ambulance 144.**

### 3. JE SUIS LÀ POUR L'ENFANT

Indépendamment du fait que vous ayez ou non parlé avec l'enfant de l'addiction de son ou de ses parents, vous pouvez être là pour lui. **Peu importe si vous êtes un ou une voisin-e, un membre de la famille ou le parent d'un ou d'une camarade de classe : vous êtes suffisamment proche pour jouer un rôle essentiel et positif dans la vie d'un enfant concerné par l'addiction de son père et/ou sa mère.**

Avec l'accord de son ou de ses parents, et si l'enfant le souhaite, vous pouvez passer du temps avec lui et l'encourager à faire des activités qui lui plaisent, comme du sport, de la musique, des jeux de société, etc. C'est important que l'enfant sache que vous êtes là, quoi qu'il arrive, et qu'il sente votre disponibilité et votre bienveillance. Faites cependant attention à respecter vos propres limites et à demander de l'aide si vous en ressentez le besoin.



« Il aurait fallu que tout le monde – membres de la parenté, grands-mères, connaissances, autorités – ait le courage d'intervenir. Je ne veux pas dire par là sortir les enfants de leur entourage, car ce n'est jamais ce que souhaitent les personnes concernées. Mais j'aurais vraiment eu besoin de davantage de moments pour souffler: des week-ends pour récupérer, des vacances dont j'aurais pu profiter sans souci. Ce qui aurait été fondamental, ce sont des services que j'aurais pu appeler et qui auraient envoyé quelqu'un pour me soutenir. Mais il n'y avait personne. **Les enfants qui sont confrontés quasi quotidiennement à ce genre de situations ont besoin de beaucoup d'amour, de réconfort et de reconnaissance (comme tous les enfants, bien sûr, mais encore un peu plus).** »

Mila\*, a grandi avec une mère souffrant d'addiction



\* Nom d'emprunt

## 4. J'EN PARLE

### AVEC UN OU UNE PROFESSIONNEL·LE EN CONTACT AVEC LA FAMILLE

Si vous n'êtes pas très proche de l'enfant ou de son ou ses parents, il peut être compliqué d'aborder le sujet de l'addiction avec l'un ou l'autre. Si vous avez observé des faits qui vous inquiètent et que vous vous faites du souci, vous pouvez en parler à un ou une professionnel·le qui est déjà en contact avec la famille (enseignant·e, infirmier·ère, éducateur·trice, animateur·trice, etc.). Si votre enfant est à l'école avec l'enfant concerné, vous pouvez par exemple en parler à l'enseignant·e ou à l'infirmier·ère scolaire.

## 5. JE CONTACTE

### UN SERVICE SPÉCIALISÉ

Toute personne peut contacter un service spécialisé (addictions, protection de l'enfance, aide aux victimes) pour demander conseil. Des spécialistes répondent à vos questions, vous aident à évaluer la situation, vous donnent des conseils sur comment et à qui en parler, et vous indiquent s'il est nécessaire de faire un signalement.

Ceci vous permettra de mieux comprendre la situation et d'évaluer comment vous pouvez agir.

Vous trouverez les coordonnées des services spécialisés mentionnés de votre région sur les sites suivants :

[www.indexaddictions.ch](http://www.indexaddictions.ch)

[www.kinderschutz.ch/fr/offres/services-de-consultation](http://www.kinderschutz.ch/fr/offres/services-de-consultation)

[www.opferhilfe-schweiz.ch/fr](http://www.opferhilfe-schweiz.ch/fr)

## 6. JE CONTACTE

### L'AUTORITÉ DE PROTECTION DE L'ENFANCE

Si la situation vous paraît préoccupante et que vous vous inquiétez pour le bien-être et le développement de l'enfant, vous pouvez contacter l'Autorité de protection de l'enfance et de l'adulte (APEA) de votre canton. Ils vous aideront à évaluer si un signalement est nécessaire ou non.

Le signalement auprès d'une APEA n'est pas anonyme, mais l'auteur ou l'autrice du signalement peut demander que son nom ne soit pas communiqué à la famille concernée.

**Un signalement ne signifie pas que l'enfant est automatiquement placé en dehors de sa famille mais il indique qu'une personne s'inquiète pour son bien-être.**

Dans un premier temps, la situation est évaluée par des professionnel-le-s mandatés par l'APEA. Pour soutenir la famille, ces personnes peuvent proposer de nombreuses alternatives au placement, telles qu'un soutien éducatif ou familial à domicile (fournis par exemple par l'Action Educative en Milieu Ouvert - AEMO, la Croix-Rouge ou le Service éducatif itinérant, etc.), un suivi volontaire auprès d'un office de protection de l'enfant ou encore une curatelle éducative ou administrative.

Le placement n'intervient que lorsque qu'aucune autre mesure n'a permis de stabiliser les choses, dans les situations où l'enfant est toujours en danger immédiat ou lorsque les parents refusent de coopérer.

Vous trouvez la liste des APEA dans les différents cantons sur le site :

**[www.kokes.ch/fr/organisation/organisation-sur-le-plan-cantonal](http://www.kokes.ch/fr/organisation/organisation-sur-le-plan-cantonal)** (Liste d'adresses APEA dans tous les cantons)

# ENFANTS DE PARENTS AVEC UNE ADDICTION : QUE PEUT FAIRE L'ENTOURAGE ?

Il n'est pas toujours facile de savoir quoi faire quand on devine un problème d'addiction dans une famille de notre entourage.

Que faire, que dire quand on se fait du souci pour les enfants ? Comment aider ces enfants et leurs parents ?

## SACHEZ AVANT TOUT QUE...

- Chaque situation est différente, il n'y a pas de recette miracle !
- Mieux vaut tenter de faire quelque chose que de ne rien faire du tout
- Selon la gravité de la situation, il est parfois nécessaire d'intervenir pour protéger l'enfant



Plus d'informations et de contenu sur :  
[www.enfants-parents-dependants.ch](http://www.enfants-parents-dependants.ch)