

Enfance & Familles: un projet qui propose soutien et ressources aux familles

La Croix-Bleue romande a comme mission de venir en aide aux personnes ayant des problèmes liés à l'alcool, ainsi qu'à leurs proches. A travers cet article, découvrez les différentes prestations que propose le programme de prévention et de traitement *Enfance & Familles* pour les enfants de parent-s dépendant-s et leurs familles.



La dépendance est une maladie qui s'installe petit à petit. Au départ, l'alcool peut être appréhendé comme une solution à court terme pour faire face à certains problèmes, pour aider à souffler en fin de journée par exemple. «Solution» qui soulage effectivement pendant un court instant, le temps d'une pause. Mais petit à petit, il faut toujours un verre de plus, jusqu'à la perte de contrôle.

Cette maladie a des conséquences sur la santé physique et mentale de la personne mais également sur l'entourage de cette dernière. En effet, vivre avec une personne qui a des problèmes d'alcool est complexe et douloureux. L'alcool a pris le dessus et devient prioritaire. Même au sein de la famille, toute l'organisation en vient à tourner autour de l'alcoolisation ou non de la personne dépendante.

Les enfants appréhendent de rentrer à la maison parce qu'ils ne savent pas dans quel état ils vont trouver leur parent dépendant. Ils font face à une foule de questions, parfois quotidiennement: Est-ce qu'il aura bu un peu et sera de bonne humeur? Plusieurs verres et sera agressif avec tout le monde? Beaucoup trop et dormira sur le canapé ou encore pas du tout et sera en état de manque? Est-ce que le repas ou la lessive sera fait ou est-ce qu'il faudra s'en occuper soi-même? Est-ce que je vais pouvoir faire mes devoirs ou je devrais m'occuper de mes petits frères et sœurs? Est-ce que maman se sera blessée et je vais devoir encore la soigner ou appeler une ambulance? Est-ce que je vais devoir trouver une excuse pour le bruit que fait papa à la maison quand je croise les voisins? Est-ce que les parents vont encore se disputer? Est-ce qu'ils vont se taper dessus? Les enfants vivant avec au moins

un parent dépendant sont confrontés à ces questions et à toute l'insécurité qui les accompagne. Les conséquences sont nombreuses: le développement de troubles psychiques comme de l'anxiété ou des dépressions, des problèmes de comportement et d'impulsivité ou encore des difficultés d'apprentissage. Ils ont également six fois plus de risques de développer eux-mêmes une dépendance à l'âge adulte. D'où l'importance de leur apporter une aide spécifique, afin qu'ils puissent développer leur résilience, leur capacité à se développer de manière équilibrée malgré des conditions de vie particulières ou un/des traumatisme/s. C'est ce que nous faisons dans notre programme *Enfance & Familles* à la Croix-Bleue romande.

Les conséquences sur les enfants de parents ayant un problème de consommation sont multifactorielles. Au sein d'une fratrie, chaque enfant ne réagit pas de la même manière. Il y a des différences liées à l'enfant, à ses compétences cognitives et à sa capacité d'adaptation et d'autorégulation. La présence d'un deuxième parent abstinent qui peut prendre en charge les responsabilités et soutenir les enfants ou celle d'un adulte ressource, l'intensité de la dépendance, les compétences parentales, la relation parent-enfant construite jusqu'ici sont également des points qui influent les conséquences.

En ce qui concerne le parent dépendant, il faut toutefois rappeler qu'il n'y a pas de lien de cause à effet établi entre la dépendance et les déficiences des compétences parentales. Et que les parents dépendants ont également pour la plupart envie d'être de bons parents. C'est pour cela aussi que nous les accompagnons pour les soutenir dans leur rôle de parent et pour travailler ensemble sur les impacts de la dépendance sur ce rôle, les liens familiaux et le développement de leur-s enfant-s.

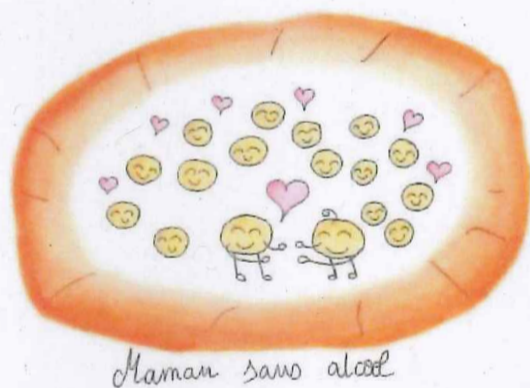
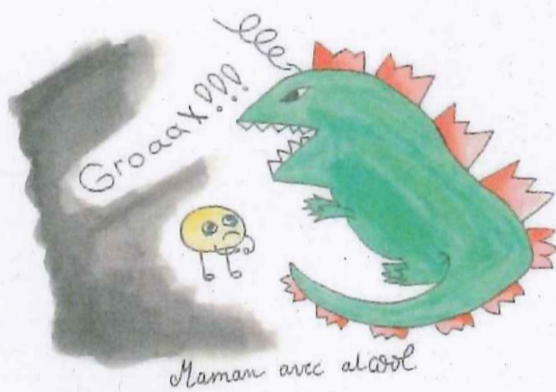
Les prestations de notre programme *Enfance & Familles* s'articulent autour de l'aide spécifique proposée aux familles concernées:

Suivis famille

Les suivis famille permettent de répondre aux besoins de la famille: soit nous ren-

controns les enfants, les adolescents pour parler de ce qui se passe à la maison, de leurs émotions et de ce qu'est une dépendance; soit nous rencontrons le parent qui consomme pour lui permettre de réfléchir sur sa consommation et aux impacts de sa dépendance sur les autres membres de la famille ainsi que sur leurs relations; soit le parent qui ne consomme pas mais qui se pose des questions par rapport aux impacts de la consommation excessive de leur conjoint sur leurs enfants et leur couple, ainsi que de l'accompagner à répondre aux questions des enfants; soit encore avec les familles

Les enfants appréhendent de rentrer à la maison parce qu'ils ne savent pas dans quel état ils vont trouver leur parent dépendant



ensemble pour discuter des événements qui se sont passés, des émotions de chacun et de réfléchir ensemble sur le rôle de chacun pour la suite et lors d'une prochaine alcoolisation s'il y en a une. C'est d'ailleurs ce que nous avons fait avec une mère et sa jeune fille de 12 ans qui a dessiné comment elle vivait les «crises» d'alcoolisation de sa maman.

Points Ecoute Jeunesse

Les Points Ecoute Jeunesse ont été développés afin de permettre aux jeunes capables

de discernement de pouvoir nous contacter directement par téléphone, courriel ou Whatsapp, sans avoir à demander d'accord parental pour des conseils ou une rencontre afin de discuter de la consommation problématique d'alcool de l'un des parents. Le premier entretien peut se faire avec une personne de confiance si le jeune en exprime le besoin.

Séjours parents-enfants

Ces séjours permettent aux familles qui vivent avec un parent dépendant de partir en vacances dans un cadre sécurisé, premièrement sans alcool. Et si une envie devient trop difficile, la personne peut en parler avec les professionnels présents ou avec les autres participants. Le-s parent-s peut/peuvent profiter de passer du temps avec leur-s enfant-s. Un papa nous avait dit à la fin d'un séjour que ce temps passé en famille lui avait permis de refaire connaissance avec ses enfants. Et ces derniers ont pu s'amuser avec d'autres enfants qui savent eux aussi ce que c'est que de vivre avec un parent dépendant.

Groupes de parentalité

Les groupes de parentalité sont des groupes de psycho-éducation et de soutien à la parentalité qui permettent de parler des impacts de la dépendance sur le rôle de parent, sur les liens familiaux ainsi que sur le développement des enfants. Le fait d'en parler sous forme de groupe permet l'échange d'expériences.

Depuis 2020, avec la collaboration du canton de Vaud dans le cadre de la Politique enfance et jeunes, nous proposons un soutien aux structures d'accueil d'enfants (de 0 à 12 ans) – foyers d'accueil, garderies, centres de vie infantine, mamans de jours, familles d'accueil – en deux volets:

Formation

En formant ces professionnels sur la dépendance et sur la problématique des parents dépendants et de leurs enfants, nous espérons diminuer le tabou autour de cette thématique et permettre à ces derniers d'être plus à l'aise d'en parler avec un enfant et de savoir quel est leur rôle lors d'un incident avec un parent alcoolisé dans leur structure d'accueil. Cette formation peut avoir lieu soit dans nos locaux en regroupant plusieurs professionnels de différentes institutions soit au sein de la structure demandeuse pour tous leurs collaborateurs.

Accompagnement

Parfois une situation particulière questionne particulièrement l'équipe des collaborateurs et c'est pour répondre à ce besoin que nous leur proposons un accompagnement spécifique ponctuel sous forme de supervision. Nous abordons ainsi une ou des situations familiales en apportant des compétences et connaissances sur les comportements addictifs du parent, sur les impacts de ces derniers sur le développement de l'enfant ainsi que sur le système familial. Nous abordons également les rôles des professionnels ainsi que leurs attentes afin de développer leurs compétences professionnelles.

D'autres ressources internet sont également très utiles comme le site www.mamanboit.ch/www.papaboit.ch qui s'adressent aux enfants de 8 à 12 ans ainsi qu'aux jeunes de 13 à 20 ans, ou encore celui destiné aux parents, www.parentsetaddiction.ch*. D'autres ressources comme le livre illustré «Elena entre en jeu» de la Croix-Bleue suisse (disponible en allemand et en français) ou les sites internet.

Sophie Calcagno
Croix-Bleue romande



Contactez-les

La Croix Bleue Romande se tient à votre disposition par téléphone, e-mail ou dans leurs lieux d'accueil pour plus d'informations et pour vous orienter vers la prestation la plus adaptée selon votre situation.

Croix-Bleue romande
Enfance & Familles
Avenue de la Gare 31
1022 Chavannes-Renens
021 633 44 33
enfances.familles@croix-bleue.ch
www.croix-bleue.ch



SOS ALCOOL
0848 805 005

*Lire l'article «Outils et soutien pour les enfants et les jeunes issus des familles touchées par l'addiction», page 8

