



addiction valais
sucht wallis

JOURNEE CANTONALE du 12 février 2020:

**Enfants de parents dépendants :
parlons-en!**

Mot d'ouverture du Dr Ioan Cromec

Je suis heureux de vous souhaiter une cordiale bienvenue à cette journée de conférences et d'ateliers qui permettront, j'en suis sûr, des échanges approfondis sur le thème des enfants de parents dépendants.

Du 10 au 16 février c'est la semaine nationale d'action « Enfants de parents dépendants », coordonnée par Addiction Suisse. Toutes les institutions actives dans le domaine des addictions, de la famille, de la protection de la jeunesse, de l'éducation, de la petite enfance, etc. sont invitées à se mobiliser, à communiquer et à organiser des actions afin de rendre visible cette thématique et faire connaître les offres existantes. C'est dans ce contexte que s'inscrit cette journée organisée par Addiction Valais.

Bien qu'il soit difficile d'avoir des chiffres exactes, on estime qu'en Suisse environ 100'000 enfants vivent avec au moins un parent souffrant d'une consommation problématique d'alcool ou d'une autre substance. En Valais cela concerne environ 4'000 enfants, ce qui est considérable au vu de l'impact qu'une telle situation peut avoir sur l'enfant en développement.

La Fondation Addiction Valais est un des maillons importants de la santé mentale en Valais. Son mandat est non seulement la prise en charge ambulatoire et résidentielle des personnes souffrant d'addiction mais également le soutien aux proches et des actions de prévention précoce. Dans le cas des enfants de parents dépendants, il ne s'agit pas de les considérer uniquement comme des proches concernés, mais comme des sujets particulièrement touchés avec un facteur de vulnérabilité supplémentaire lié à l'âge et aux besoins qui en découlent. L'intervention auprès des enfants de parents dépendants est donc nécessaire et comporte aussi une forte composante préventive. Nous le savons depuis de nombreuses années que, si on a grandi dans un ménage avec un problème d'addiction, on a un risque élevé de développer une addiction au cours de sa vie. Ce risque est d'autant plus important lorsque les antécédents de dépendance sont nombreux dans la famille. C'est dire à quel point il est important de prendre en charge ces enfants d'une part pour les soutenir mais également prévenir une future addiction chez eux.

Bien consciente des ces enjeux, la Fondation Addiction Valais porte une attention particulière à cette population d'enfants depuis de nombreuses années et propose un accompagnement individuel et groupal dans ses centres ambulatoires, avec des intervenants spécifiquement formés à la thématique. Mais attention, nos intervenants d'addiction ne se substituent aux professionnels de la psychiatrie et de la psychologie de l'enfant mais interviennent de manière complémentaire. D'autre part, il s'agit de soutenir le parent dépendant dans son rôle parental car il reste un parent avant tout. Dans cette perspective, la Fondation Addiction Valais a organisé une journée de formation sur la parentalité en septembre 2018 et celle d'aujourd'hui vient compléter ces échanges.

En tant que psychiatre d'adultes, dans ma pratique clinique, je reçois régulièrement des adultes qui, durant leur enfance, ont vécu dans un ménage avec addiction. Il y a évidemment autant de parcours de vie différents que d'enfants touchés mais je peux noter ici quelques-unes des difficultés que ces enfants devenus adultes ont rencontrées :

- **La honte**, celle qui fait se taire l'enfant, s'isoler et se priver de ses besoins (par ex. en évitant d'amener des amis chez lui)
- **L'impuissance**, ce sentiment pénible de devoir faire quelque chose et d'en être incapable
- **Le manque de cadre** et de référence, de ne pas savoir où est la limite et l'angoisse que cela engendre
- **La culpabilité** et le poids moral qu'elle porte
- **La précarité** et l'impossibilité de se réaliser (formation, sport, etc)
- **La solitude**
- Et bien sûr, **la parentification**

La notion de parentification a été introduite par un psychiatre américain d'origine hongroise, Boszormenyi-Nagy au début des années soixante. Une des définitions facile est celle-ci: « *l'attribution d'un rôle parental à un ou plusieurs enfants dans un système familial. Cela entraîne une forme d'inversion des rôles en relation avec une perturbation des frontières intergénérationnelles* ».

Je citerais ici quelques exemples : l'enfant livré à soi-même ; devoir préparer les repas pour soi-même, pour sa fratrie ou même pour le parent ; ne pas pouvoir compter sur la présence du parent ; subir les récriminations voire des violences sans motif ; porter une responsabilité qui dépasse ses compétences ; assurer la tenue de la maison ; devoir soutenir moralement son parent...et la liste est bien loin d'être terminée.

La parentification comporte souvent une composante destructrice, mais pas toujours. Si elle est de brève durée et si, surtout, elle est reconnue par les parents, elle peut être l'occasion de prendre des responsabilités et de gagner en maturité. Dans beaucoup de circonstances, elle est favorable et nombre d'entre nous sont passés par là. Par contre, si la parentification se prolonge et l'enfant est écrasé par les responsabilités elle peut avoir des conséquences néfastes à court, moyen et long terme. Il faut noter que l'addiction parentale n'est pas la seule problématique à conduire à la parentification, mais une parmi tant d'autres.

Je ne vais pas entrer dans le détail car tous ces aspects seront abordés durant cette journée, mais pour finir j'aimerais encore souligner quelques facteurs de résilience chez l'enfant concerné :

- Lorsque les parents, ou à défaut un autre adulte ou la fratrie, reconnaissent ce que l'enfant assume ou fait
- Lorsque les parents, ou un autre adulte, soutiennent l'enfant s'il en a besoin
- Lorsque l'enfant a connu des périodes de confiance en son parent dépendant (par ex lors de périodes d'abstinence ou de consommation contrôlée)
- Lorsque les parents évitent de placer l'enfant dans une loyauté clivée
- Ou encore lorsque l'enfant qui n'est pas blâmé pour ce qu'il fait ou assume

Cela nous ramène à l'importance que, chacun d'entre nous, dans nos interventions, nous soutenions et favorisions les facteurs de résilience et que nous protégions, tant que faire se peut, ces enfants, futurs adultes et potentiellement futurs parents.

Il me reste à vous souhaiter une belle journée d'échanges, de réflexions et que celles-ci nourrissent vos interventions professionnelles.