© Drogues Info Service - 10 mars 2026

Forums pour les consommateurs

La prévention chez l'enfant

Par Profil supprimé Posté le 11/05/2011 à 14h18

Hello !

Ayant connu une grave addiction durant presque dix ans, je suis évidemment très concernée par le sujet. J'ai un fils de presque 13 ans qui va bien, a confiance en lui, des copains, travaille bien à l'école je touche du bois, hein !

Déjà, une chose : on a beau faire tout ce qu'on peut pour eux, il y a énormément d'éléments incontrôlables; faire de son mieux, c'est déjà très bien !
Personne n'est parfait, les enfants auront toujours quelque chose à nous reprocher et c'est NORMAL !
On a toutes tendances à culpabiliser, à scanner soigneusement tout ce qui s'est passé en se disant : qu'est-ce que je n'ai pas fait comme il faut?

C'est bien de se remettre en question. Une fois de temps en temps. Pas constamment.
Nos enfants ont besoin que nous soyons forts pour servir de référents. La culpabilité est un sentiment stérile et négatif, qu'il vaut mieux tenter de mettre de côté. Ce qui est fait est fait, n'est-ce pas ?
Autant concentrer ses efforts et son énergie sur le présent, plutôt que de ressasser les erreurs passées.

Aujourd'hui, la drogue fait partie du quotidien, comme le tabac, l'alcool, le sida.
Un jour ou l'autre, notre enfant les rencontrera sur sa route, quelque soit son âge. Il faut qu'à ce moment-là, il soit capable de dire non. Pour cela, il faut qu'il puisse reconnaître le danger, avoir suffisamment confiance en lui pour s'affirmer et dire non.

Pour moi, il n'y a pas d'âge pour commencer la prévention.
Au même titre qu'on leur apprend que les prises électriques sont dangereuses, on peut leur enseigner la même chose concernant le tabac, l'alcool et les drogues. Avec des mots simples bien sûr.
Après, au fur et à mesure qu'ils grandissent, on revient sur le sujet, on l'explore ensemble et on l'approfondit.

Pareil pour les préservatifs. Ils faut qu'ils s'en servent à chaque fois qu'ils font l'amour, aussi naturellement qu'on prend un parapluie lorsqu'il pleut dehors.
Vous n'attendez pas que votre enfant ait quinze ans pour se servir d'un parapluie n'est-ce pas ? Certains parents sont embarrassés à cause de la connotation sexuelle. Mais cette connotation, c'est nous qui la mettons.

Perso, j'ai commencé très jeune à lui parler du préservatif. La première fois que nous avons eu une conversation plus technique sur la manière de faire des bébés, je lui ai aussi parlé du préservatif et des MST. Il devait avoir sept-huit ans.
Je l'ai laissé en ouvrir un et je lui ait montré comment cela se mettait à l'aide d'une carotte. Il a testé lui aussi. Très intéressé par le côté technique et nouvelle découverte.

L'année de sa dixième année, on a refait pareil, que je sois sûre qu'il maîtrise le côté technique de la chose.

C'est plus facile de faire cela quand ils sont dans des périodes de latence, que lorsqu'ils ont quatorze-quinze ans, qu'ils ont besoin d'intimité, et qu'une mère qui enfile un préservatif sur une carotte, ils trouveront ça intrusif, choquant ou déplacé. Pareil pour les discussions sur le sexe et l'amour.

De la même façon, on a toujours parlé librement de drogues, d'alcool et de cigarettes. J'ai recherché des sites avec des photos, quelque chose pour son âge, pas trop choquant non plus.

A mon avis, une des choses les plus importantes c'est d'abord qu'il y ait beaucoup de confiance de part et d'autre, un vrai dialogue. Et pas de mensonges.
De façon générale, je le punis s'il fait une bêtise et ne vient pas me le dire. Je le gronde plus si je l'apprends par l'école, que s'il vient me le dire directement. Faire en sorte que si un jour il y a un vrai problème, il vienne me le dire de suite, c'est plus facile à gérer.
Comme ça, il sait que même si cela ne me fait pas plaisir, ce sera toujours moins pire que s'il essaie de me le cacher.

L'autre point très important, c'est qu'il ait confiance en lui, et en ses valeurs. Qu'il sache dire non, même à un adulte, si cet adulte ne respecte pas ce système de valeur.
C'est un équilibre délicat à trouver, parce qu'il faut qu'il y ait un respect vis-à-vis des adultes en général.
Qu'il sache aussi dire non face à un groupe de copains. Quitte à se faire traiter de tous les noms.

Je lui ai toujours dit qu'il y avait de fortes chances pour que ce soit un copain qui lui propose une première cigarette, un premier joint, ou une première ligne de coke.
Et que dans ce cas, il y a deux options : ou le copain en question est un ******* qui veut juste se faire de l'argent sur son dos, ou c'est quelqu'un qui n'est pas très malin, qui est tombé dans le piège et lui tend la main pour l'y mettre avec lui. Dans les deux cas, mieux vaut mettre de la distance.

Moi, même quand j'étais acro au dernier degré, j'ai jamais mis quelqu'un dans la came.
Une amie m'avait raconté son histoire, qui m'avait marquée : cette amie se shootait et sortait avec le dealer du coin. Un jour, un mec qui sniffait est venu leur acheter de la came. Au bout de quelques fois, ils sont devenus potes et elle lui a appris à se shooter. Puis le temps a passé, ils se sont perdu de vue.
Trois ou quatre ans plus tard, le mec, à fond dans la came, est sorti avec la petite soeur de mon amie. Et lui a appris à se shooter.
J'ai aussi une petite soeur et cette histoire m'a bien fait réfléchir...

Voilà, tout ça pour dire qu'il n'y a pas d'âge pour commencer à en parler, plus tôt on commence, plus ça leur semblera naturel, inscrit en eux.

Bluenaranja

1 réponse

Profil supprimé - 23/05/2011 à 16h31

Bonjour Bluenaranja,

Merci beaucoup pour cette belle synthèse sur l'éducation que vous offrez à vos enfants. Merci aussi pour vos (déjà) nombreuses autres réponses de soutien. Je reviens de vacances et c'est avec plaisir que je découvre votre participation à nos forums. Nous avions bien besoin d'une participation comme la vôtre !

Respect !

Le modérateur.