

Informations aux parents sur l'usage du cannabis

Souvent les jeunes et les adolescents sont initiés aux drogues par des amis ou des gens qu'ils admirent.

A l'adolescence, l'influence des copains est très forte. Ainsi pour « être dans le coup », « pour être cool », ils commettent des actes qu'ils n'auraient pas commis autrement.

Leurs motivations : se détendre, se sentir dans une ambiance « cool », faire comme les copains, crainte d'être critiqué si l'on refuse, d'être mis à l'écart du groupe... Les adultes manquent parfois d'information et ne savent pas quoi faire pour sortir un enfant des drogues ou lui éviter ce piège. De nombreuses questions se posent alors.

Ce livret y répond. Il vous dit aussi quoi observer si vous soupçonnez que votre enfant touche à la drogue, et que faire si c'est le cas.

1. Comment savoir si votre enfant se drogue ?

S'il y a goûté (forcé ou séduit), il n'osera peut-être pas l'avouer tout de suite. Mais certaines manifestations devraient vous mettre la puce à l'oreille :

Premiers signes sérieux :

- Changement de comportement
- Yeux, pupilles anormalement dilatées ou rétrécies
- Baisse alarmante des résultats scolaires
- Absences répétées à l'école ou au travail
- Consommation d'eau excessive la nuit
- (*conjonction de plusieurs de ces indices*)

Bien sûr un chagrin d'amour, la puberté ou une perturbation peuvent aussi engendrer ces différents états. Il est de votre responsabilité de découvrir de quoi il s'agit.

Signes certains :

- Besoin d'argent, vente d'objets personnels
- Vols

Indices clairs déjà tardifs :

- Négligence soudaine de l'hygiène corporelle et de l'habillement
- Malaises fréquents (vomissements, maux d'estomac)
- Transpiration excessive
- Effondrement face à l'effort
- Absences (trous de mémoire, « blancs »), confusions
- Problèmes de concentration
- Irritabilité et agressivité soudaines
- Risque de produire des hallucinations désagréables et un sentiment de peur et de panique

Dangers :

L'usage de drogues...

- Affaiblit la motivation personnelle
- Diminue la résistance aux maladies courantes
- Occasionne des troubles de la croissance
- Diminue les hormones sexuelles mâles
- Peut générer des malformations congénitales du fœtus
- Peut être à l'origine de problèmes pulmonaires

Dépendance :

Le cannabis crée peu de dépendance physique mais le risque pour le consommateur peut résider dans le désir accru de drogues de plus en plus fortes.

2. Que faire si vous apprenez que votre enfant se drogue ?

- Restez calme. Inutile de blâmer, d'injurier ou de chasser l'enfant.
- Au contraire : vous êtes peut-être la seule personne capable de lui venir en aide.
- Ne vous considérez pas non plus comme étant responsable de son état. Un jeune est responsable de ses propres actes et c'est la clé qui lui permettra d'arrêter de consommer. Pour cela, il a besoin de votre aide et de votre soutien.

3. Quelle attitude adopter en tant que parent ?

Découvrir que son enfant se drogue provoque souvent de la tension et des disputes au sein du couple. Une mère bouleversée peut se laisser émouvoir par son enfant ; alors que sous l'effet de la colère, le père peut menacer de « serrer la vis » et d'employer la force pour le sortir de la drogue.

Aucune de ces solutions n'est bonne !

Pour parvenir à sortir votre enfant de la drogue, vous devez, vous parents, adopter une attitude commune. Vous devez connaître quelques-unes des raisons possibles pour lesquelles votre enfant s'adonne aux stupéfiants.

Faites sentir à votre enfant qu'il peut vous parler avec confiance. C'est un individu à part entière. Comme l'adulte, il ressent des choses, souffre, a des envies. L'idéal est donc d'instaurer très tôt un climat de confiance en famille. Ecoutez ce que votre enfant vous dit et encouragez-le à communiquer ; partagez ses joies et ses peines.

Tentez en douceur mais fermement de lui faire admettre sa dépendance. S'il accepte de vous raconter son problème, tant mieux.

Mais votre enfant peut ne pas vouloir admettre qu'il prend de la drogue et cette discussion risque d'être un peu houleuse. Attendez-vous à ce qu'il :

- vous critique ;
- refuse de vous parler ;
- veuille s'en aller ;
- se sente épuisé, groggy (près de s'effondrer), vaseux ;
- exige que vous répariez les torts que vous lui avez causés.

4. Faut-il punir un enfant qui se drogue ?

- Inutile d'exiger que le jeune arrête de se droguer et inutile de se fâcher contre lui.
- Ne donnez pas tort à l'enfant et ne le grondez pas. Il s'agit plutôt de saisir ce qui l'a amené à cela. Submerger le jeune en le forçant à admettre qu'il a tort de prendre de la drogue ne fera qu'empirer le problème et le dressera contre vous.

« Inutile de forcer un ado à arrêter la drogue. A nous de lui faire comprendre. A lui de décider. Sinon, il retombera. Discutez avec votre gamin pour lui montrer qu'il perd tout : ses parents, sa famille, son avenir. Montrez lui qu'il vit un enfer et vous aussi. Mais ne vous énervez pas. Donnez- lui des informations fiables sur la drogue. Il a fallu que je réalise que je foutais la merde autour de moi et que je détruisais mes parents pour que je décide d'arrêter. »

Samuel, ex-toxicomane.

5. Comment aider mon enfant à arrêter de consommer ?

Si votre enfant admet avoir un problème de drogue, l'éducation devient essentielle.

- Lisez avec votre enfant des textes simples et vrais qui vous informeront sur les drogues et leurs effets.
- Des livrets de prévention ont aidé de nombreuses familles à résoudre leur problème. Avec de la chance, cette simple phase d'information sur les dangers de la drogue peut faire réaliser au jeune qu'il fait fausse route.
- S'il est déjà dépendant, il serait bon de le mettre en contact avec un centre de réhabilitation pour toxicomanes.

6. Pourquoi la drogue attire-t-elle les jeunes ?

Vous devez connaître quelques-unes des raisons possibles pour lesquelles votre enfant s'adonne aux stupéfiants :

- Résoudre un mal être : manque de confiance en soi, échec, déception amoureuse, sentiment de ne rien valoir, de pas d'avenir, ... (C'est particulièrement le cas, si votre enfant est piégé, ou en situation d'échec dans un système scolaire médiocre) ;
- Faire comme les autres, être dans le coup, imiter des stars et des modèles ;
- Braver l'interdit et la morale qui paraissent s'opposer à l'épanouissement de l'individu et de son groupe social ;
- Espérer vainement qu'en "planant" tout ira mieux.

7. Si mon enfant fume des joints, est ce que cela peut le mener à d'autres drogues ?

Fumer un joint n'amènera pas forcément à consommer d'autres substances comme on a longtemps imaginé.

Il est vrai que les consommateurs d'autres substances ont souvent auparavant consommé du cannabis, mais tous les fumeurs de cannabis ne deviennent heureusement pas consommateurs d'autres drogues illégales.

8. Y a-t-il un risque d'overdose ?

On n'a jamais décrit de cas d'overdose de cannabis qui ait pu mettre la vie d'une personne en danger comme c'est le cas avec l'alcool ou d'autres substances.

On ne connaît pas de dose mortelle de cannabis. Mais selon l'état psychique de la personne (tristesse, envie suicidaire) la consommation de cette substance peut faciliter un passage à l'acte. *(Toutefois certaines substances associées lors de la fabrication du cannabis peuvent s'avérer dangereuses)*

9. Où trouver de l'aide ?

- **Drogues info service** : 08-00-23-13-13
- **Croix rouge écoute** : 08-00-85-88-58
- **Fil santé jeunes** : 08-00-05-41-41
- **Inter service parents** : 01-44-93-44-93.