

Lors de votre conversation

1. Reconnaissez l'indépendance de votre enfant

Votre enfant prend de bonnes décisions chaque jour. S'abstenir de vapoter pourrait en faire partie. Remerciez-le/la pour son sens des responsabilités et faites appel à son bon jugement.

2. Demandez-lui son point de vue

Écoutez d'abord sa version des faits. Il est bon de savoir ce que votre enfant trouve attirant ou non dans le vapotage. S'il/elle veut l'essayer, demandez-lui pourquoi.

Posez-lui des questions ouvertes plutôt que des questions auxquelles on peut répondre par « oui » ou « non ». Cela l'aidera à s'ouvrir, à s'engager et à être moins sur la défensive.

3. Soyez prêt-e à entendre que votre enfant a peut-être déjà vapoté

Bien plus d'enfants ont essayé de vapoter que la plupart des parents ne le croient. Il est tout à fait possible que votre enfant ait déjà tenté l'expérience du vapotage.

Commencez par le/la remercier pour son honnêteté. C'est la clé d'une conversation ouverte et d'une relation de confiance. Expliquez-lui que votre intention est de le/la protéger et de prendre soin de lui ou d'elle.

4. Blâmez les géants du tabac, pas votre enfant

Votre enfant est la cible des publicités de l'industrie du tabac, qui sont conçues pour rendre les jeunes dépendant-es à la nicotine et en faire des client-es à vie. Les mêmes multinationales qui ont financé et promu la cigarette cancérigène sont à l'origine de nombreux produits de vapotage.

Rappelez à votre enfant que face aux géants du tabac, vous êtes tou-te-s deux du même côté.



5. Évitez les tactiques de peur

Il est bon de partager vos préoccupations, mais ne faites pas l'erreur de perdre l'attention de votre enfant avec des arguments dramatiques.

En fait, comparer le vapotage à d'autres tentations ou à des drogues illégales nuira à votre crédibilité et à vos chances d'établir un lien avec votre enfant.

6. Connectez-vous à ce qui lui tient à cœur

Donnez un caractère personnel aux préoccupations. Expliquez à votre enfant comment le fait de vapoter peut l'empêcher d'atteindre ses objectifs futurs.

Soulignez que les dommages physiques démontrés du vapotage sur ses poumons et son cerveau affecteront ses aspirations sportives. Montrez que le vapotage a des effets invisibles sur l'humeur, la mémoire et l'attention, qui affectent les objectifs scolaires ou professionnels.