

Réunion Zoom Parents d'Addicts Anonymes du 11 février 2026

« Comment réagir face à l'addiction d'un jeune de votre entourage »

Intervenants : Soeur Anne Gabriel, accompagnante spirituelle et pédagogique et Patrick Oheix, Patient expert et encadrant à SJE

Parent témoin : Anne | **Jeune témoin** : Morgane

Animatrice : Bernadette Ferreira

Secrétaires de séance : Anne Millan-Burger et Clotilde Petitprez

Témoignage de Anne, la maman de Valentin (18 mois aux Besses) :

Les parents découvrent que Valentin, qu'ils croyaient professeur d'histoire, n'a pas poursuivi ses études et est alcoolique. C'est le choc. Il revient à la maison. Le dialogue ne sera jamais coupé car il faut une communication coûte que coûte !

Lorsqu'il n'est plus dans le déni, nous parlons vrai et directement, il accepte la nécessité d'être aidé, sachant néanmoins qu'il sera toujours « malade abstinent ».

Les périodes d'alcoolisation se traduisent par de la provocation sous forme de violence verbale et parfois physique envers son père.

Attitudes à retenir :

Garder un lien constant ! Ne pas réagir à la provocation et la violence, éviter que cela ne dégénère, en reparler au plus vite lorsque la phase critique est dépassée.

Avoir des discussions fermes et poser des limites

C'est grâce à cela, à l'aide apportée par les parents pour proposer une structure, que Valentin a pu faire les démarches seul d'aller à St Jean Espérance (SJE) où il est resté 18 mois

Témoignage de Morgane (ancienne de SJE)

Morgane confie son parcours de vie : première prise d'alcool vers 13 ans, un père alcoolique qu'elle découvrira être un père adoptif, une alcoolisation régulière et festive pratiquement quotidienne.

Elle est dans le déni pendant longtemps jusqu'à ce qu'un ami lui fasse remarquer au cours d'une soirée qu'elle a « déjà- vidé » une bouteille de Vodka ? Ce sera le premier déclic.

Elle part en Grèce pour changer de vie et ressent les premiers symptômes physiques du manque, elle s'avoue alors qu'il y a un problème, mais va replonger 3 mois après et jusqu'à 24 ans où un autre ami lui fait remarquer qu'elle est toujours survoltée et qu'il ne la reconnaît plus, les parents eux ne voient rien.

Ce sera le deuxième déclic, elle entend parler de SJE par un ami qui y est allé. A ce moment elle est prête et appelle immédiatement, elle est admise et y restera 14 mois. Ce fut le bon départ ! « Aujourd'hui, après 10 ans, j'ai un conjoint et une petite fille. Je travaille en EPAHD ». Morgane s'investit maintenant en aide auprès des jeunes et parents et dans la prévention.

Attitudes à retenir :

Il faut un évènement ou une confrontation pour déclencher le déclic et l'envie de se faire aider pour guérir !

C'est un début ! Ensuite, le chemin est long

Intervention de Sœur Anne Gabriel (6,5 ans d'encadrement de la maison des filles à SJE)

La découverte des addictions d'un jeune est souvent tardive, car elles sont en général cachées. C'est un tsunami douloureux pour la famille qui se sent complètement démunie.

Afin qu'il y ait une démarche de soins entamée, il faut un DECLIC. Il est utile de :

Mettre des mots sur la réalité (maladie, addiction, conséquences)

Si déni :

Poser un cadre et supprimer les tentations à la maison : ne pas donner d'argent, le cacher, n'acheter que nourritures et vêtements si besoin

Mettre des limites : établir une durée d'hébergement chez les parents fixe, en attendant la concrétisation d'une demande de soins et s'y tenir pour protéger les autres membres de la famille et soi-même

Être ferme : par exemple, proscrire la violence sous notre toit et ne pas hésiter à porter plainte et même faire appel à la police. Le jeune à qui l'on pose un cadre saura qu'il peut faire confiance en notre « solidité » par la suite.

Tenir ses positions et passer à l'acte : si dégâts, vols, mettre en place un processus de réparation.

Faire intervenir un tiers : si le jeune a confiance en un ami fiable ou quelqu'un de la famille, le pousser à aller le voir. Les parents ne sont pas des sauveurs et sont les plus mal placés pour aider leurs enfants. Ils ne peuvent que leur proposer des pistes sans aucunement faire à leur place, car cela ne marche pas.

Ne jamais désespérer et répéter sans cesse que nous l'aimons : il(elle) en a besoin pour reprendre confiance.

Intervention de Patrick

D'un passé d'alcoolique, il a fait des séjours à SJE et est aujourd'hui devenu encadrant et patient expert.

Il est persuadé qu'il y a 15 ans, si son entourage avait été mieux renseigné et aidé, cela aurait changé son parcours. Il souligne l'importance de l'alliance thérapeutique, précisant que le rôle de l'entourage est aussi important que celui des professionnels, équipe médicale, patients experts...

Être accompagné, pour les parents est fondamental, il ajoute que bien souvent, lorsque les parents ont bien réagi et su mettre des limites, les jeunes arrivent plus tôt dans les structures de soin et cela évite les drames. Il faut aussi se préparer au retour du jeune après un séjour thérapeutique.

L'entourage et le soutien d'autres parents est aussi primordial (comme dans le groupe PAA : parents d'addicts anonymes) car la formation de l'entourage est aussi importante que celle des aidants. Mettre son enfant dehors n'est pas facile. Il faut du soutien.

Questions :

Que fait-on quand la violence va trop loin ou qu'il y a des menaces ?

Morgane : ce sont leurs émotions trop fortes qui sortent mais c'est inacceptable ! Il faut appeler de l'aide (forces de l'ordre). S'il va trop loin, le mettre dehors (si vous ne le faites pas, il y finira tout seul). Il doit toucher le fond pour réagir.

Sœur Anne Gabriel : Se contenir pour ne faire redoubler la violence, puis, ensuite revenir sur la situation après la crise. Un travail d'analyse en profondeur est indispensable, car il y a certainement quelque chose de profond derrière : causes, conséquences sur le comportement. Comment vivre mieux avec ça et sans substance ?

Si le jeune a subi des traumatismes doit-on aborder la problématique de la même façon ?

Morgane : le cadre doit être le même pour tous mais cela peut être plus long s'il y a de gros traumatismes.

Sœur Anne Gabriel : Il n'y a pas de petits et grands traumatismes. Dans une même famille les traumatismes ne sont pas vécus de la même manière par tous les enfants, il faut donner, quoi qu'il en soit, du crédit à la parole du jeune qui se confie, sans minimiser et sans jugement (juste sur les actes, mais pas la personne).

Rôle des membres de la famille autres que les parents ?

Véronique témoigne de l'aide précieuse de son frère lorsqu'elle ressentait l'usure et le découragement face à l'addiction de son fils poly addict. Pour lui, c'était plus facile car n'intervenait pas son affect. Elle souligne l'importance d'une figure masculine qui a été l'intermédiaire entre la mère et son fils et qui a aidé à concrétiser la démarche de soins.

Bernadette indique qu'elle est seule et qu'elle a aussi été aidée par son beau frère qui a dirigé son fils vers une cure. **Morgane** fait remarquer l'absence trop fréquente des pères.

Quel est le rôle des pères, en complémentarité avec les mères ?

Patrick évoque l'importance, dans la mesure du possible, de la mixité et la complémentarité des points de vue masculins et féminins. Cela apporte un équilibre. La figure paternelle est souvent déficiente chez les jeunes hommes en situation d'addiction. Si les mères sont seules, il est utile que le jeune puisse s'appuyer sur une personne extérieure.

Il indique aussi qu'il serait utile qu'il y ait une présence féminine aux Besses, en complément des frères.

Soeur Anne Gabriel pense que la représentation complémentaire est importante quand le trauma vient de la figure correspondante. Il est utile qu'il y ait des mixités d'encadrement à SJE, car les sensibilités masculines et féminines ne sont pas les mêmes.

Conclusion par Soeur Anne Gabriel, Morgane et Patrick Oheix :

PATIENCE, ESPERANCE, COURAGE !

Pour arriver à un résultat, il faut :

- 1 - UN DECLIC** pour notre jeune. Il doit décider par lui-même (plus la décision est personnelle, mieux ça marchera). Il faut éveiller la personne sans la contraindre.
- 2 - COMMUNIQUER COÛTE QUE COÛTE** : les situations qui encouragent la parole > la voiture pour ne pas croiser les regards, la marche, l'écriture, le tableau d'émotion etc....
- 2 - SE PRESERVER ET FAIRE ATTENTION A SOI** pour être fort et là quand le jeune va mieux
- 3 - TROUVER DES PERSONNES RELAIS** pouvant vous soutenir et aider le jeune
- 4 - POUVOIR LIBERER SA PAROLE** : s'appuyer sur le groupe PAA. Qui nous apporte un soutien sans jugement.

Les jeunes ont aussi à leur portée des dispositifs tels que les groupes d'anciens de SJE, les groupes Alcooliques et Narcotiques Anonymes, les patients experts ...

Les autres moteurs qui peuvent changer les choses : les témoignages de sensibilisation auprès des écoles, (l'exemple de Morgane avec Laurent GAY).

TOUT LE MONDE A SA PART DE TRAVAIL : l'expérience des parents doit nourrir celle des encadrants et inversement. C'est l'engagement, la bienveillance et le temps qui feront la réussite du parcours.

L'ADN de ST Jean espérance est la miséricorde ou la bienveillance

Remerciements



Contact : Virginie Barcelo
vdusud@hotmail.fr – 06 80 06 05 49

Parents d'Addicts Anonymes – Groupe de parole et de soutien