

Réunion Zoom Parents d'Addicts Anonymes du 22 avril 2026

« Addictions et adoption, le syndrome de l'abandon »

Parents témoins : Chantal et Eric,

Jeune témoin : Stanislas, ancien de Saint Jean Espérance,

Intervenante spirituelle et pédagogique : Soeur Anne Gabriel, ancienne Responsable de la maison des filles,

Intervenante experte : Anne DENOUAL, Thérapeute,

Animatrice : Sylvie DUMUR

Rapporteurs : Clotilde PETITPREZ et Denis JUGUET

Témoignage de Chantal et Eric :

Parents de Adam (30 ans) et Mathieu (27 ans), adoptés en Nouvelle Calédonie à 2 ans 1/2 et 2 mois 1/2. Retour de la famille en France durant la petite enfance.

Pour Adam, Scolarité ok, mais commence à consommer de l'alcool à 18 ans.

Pour Mathieu, la scolarité a été plus compliquée, soupçons de TDAH mais pas de diagnostic. 1 an d'avance. Commence l'alcool et le cannabis dès 15 ans. Mathieu n'a jamais supporté de voir son frère alcoolisé.

Examens obtenus pour les 2. Difficultés ++ à tenir un emploi.

Adam, après un passage à la Légion où il est viré, il va à la Bergerie de la Berdine, en admettant sa souffrance de ne pas s'en sortir, puis a intégré l'EDVO en 2024. Un changement radical et salvateur. Adam a aujourd'hui un emploi, est en appartement EDVO et participe aux AA.

Mathieu est dans le déni. Il vit à Toulon, comme ses parents, mais consommations quand il est oisif. Chantal a préféré mettre de la distance et ne communique que peu avec lui. Eric maintient le contact en posant le cadre.

Chantal et Eric pense qu'il est compliqué de comprendre la souffrance de leurs fils car ils n'ont pas vécu la même enfance qu'eux. Ils n'ont pas d'information sur les origines.

Témoignage de Stanislas :

Adopté en Pologne à l'âge de 6 mois en 1993 (pas d'orphelinat mais à l'hôpital), par des parents sans enfant. Accueilli dans la famille comme le « sauveur ». Il a été très bien accueilli, a entendu parler de son histoire, de la chance de son sauvetage, mais finalement a ressenti à 25 ans, le traumatisme par rapport à sa naissance. Il a réalisé cela une fois à SJE, où il a pu entendre qu'il a été abandonné.

Adoption/abandon : La blessure de l'abandon provoque des chaos à son avis. In utero, l'enfant partage tout avec sa mère. Puis grand vide à la naissance, car abandon. Bébé il n'a pas vécu l'apprentissage des émotions et de l'amour par sa mère, ni de de contact (nursing).

Stanislas a travaillé 5 ans en thérapie par rapport à l'abandon. Il a revécu sa naissance, l'hôpital...

Sa scolarité est difficile, avec toujours le besoin d'attention, de se faire aimer. Il pensait que l'amitié et l'amour devait s'acheter. Il a eu besoin de justifier son abandon jusqu'à ses 25 ans. Jeune, il a joué les gros durs, imaginant que là d'où il vient ça devait être comme ça.

Addiction : Stanislas souligne qu'il y a un très gros pourcentage d'adoptés dans les addicts. Nous n'avons pas eu notre capital d'amour et craignons que cela recommence. Nous nous méfions de tous.

J'ai cherché à m'anesthésier et à « combler » par les substances (cocaïne, alcool et autres), pour ne pas vivre mon mal intérieur et oublier les difficultés de la relation. Les barrières, les complexes sautent. Le produit vient combler ce vide.

C'est une vraie maladie. On peut devenir abstinent, devenir heureux, mais avec beaucoup d'efforts. Si ce n'est pas une question de volonté, on est quand même responsable de ce qu'on fait de sa maladie.

Le déclic vient de la trop grande souffrance vécue par le consommateur.

Les rechutes font partie du parcours, mais permettent aussi d'avancer. Le besoin d'aide est réel.

Le travail d'abstinence et de psychologie sont indissociables et doivent se mener de front.

Aujourd'hui Stanislas est un addict-abstiné. Il est toujours en alerte par rapport à cela car un produit, une addiction en remplacent vite d'autres (le jeu, le sexe...).

« Par ailleurs, je me suis toujours senti différent de mes parents (religion, musique, goûts...). Aujourd'hui, je n'ai plus honte de mes goûts, je les aime et les assume. »

Intervention de Soeur Anne-Gabriel :

La blessure d'abandon (d'où je viens et qui suis-je ?), peut amener à culpabiliser d'avoir été abandonné. Le jeune en porte la responsabilité toute son enfance. Il faut qu'il consente de devenir « autre » dans cette nouvelle famille qui est complètement différente de la première.

La mémoire émotionnelle, et la mémoire du corps sont fortes et impactent toute notre vie. Chaque rupture de parcours est vécue comme un abandon (orphelinat, hôpital, école...).

La crainte d'un nouvel abandon est omniprésente et mieux vaut quitter que d'être quitté, abandonné.

Et on parle ici d'autosabotage. En plus il est plus simple de quitter quelqu'un dans un moment de crise, de conflit.

L'absence de contact entraîne un mal-être et des difficultés à être en famille, dans la société. Il va donc chercher à ne pas s'attacher. Il aura du mal à comprendre les parents qui ne pensent pas comme lui. Ils sont vécus comme des étrangers. Toute relation à l'autre est vécue comme un danger d'être abandonné de nouveau. Il est difficile de se construire avec ce sentiment, cette crainte de l'abandon.

Énorme paradoxe : je crains de perdre cette famille, mais je la teste en permanence par tous les moyens, mes actes, paroles...pour savoir si on va me garder.

Je me tourne alors vers d'autres groupes, que j'ai choisis, pour me retrouver inclus, qu'ils soient sains ou non. »

Se dire, montrer « gros dur » est un moyen de se protéger. L'addiction vient « boucher » la passoire émotionnelle qui entraîne cauchemars, angoisses ++. Et vient « réparer » la douleur de la comparaison avec les autres enfants de la famille, ce sentiment de manque d'amour (que l'on compense par la nourriture, la recherche permanente de l'affection), on a peur de ne plus avoir, on en vient aux consommations toxiques.

Le rapport à l'amour est compliqué, malgré l'amour porté aux parents et le besoin, l'envie de les protéger.

Il faut avoir conscience que l'image de l'amour est déformée chez l'enfant, ce qui entraîne :

- Une fusion importante avec le parent malgré les difficultés relationnelles,
- Un besoin important de solitude,
- Un besoin de séduire à outrance, tout en profitant de l'autre sans attachement réel.

Il faut aborder simultanément l'addiction et la relecture de vie, pour travailler sur les blessures. C'est un long chemin, car l'abandon par ses parents biologiques représente un traumatisme abyssal qu'il convient de traiter. On passe de la sécurité de l'utérus, de la présence maternelle, de la voix qui sécurise, à un autre monde, d'autres repères. L'enfant adopté peut se sentir coupable d'avoir été abandonné. Il se construit une carapace de gros dur pour se protéger.

Sylvie pose la question des enfants non adoptés qui se comportent ainsi, dans le cas d'une grossesse gémellaire avec décès d'un des jumeaux.

Marion fait le parallèle entre l'adoption et les situations où le père abandonne.

Intervention de Anne DENOUAL :

L'enfant vivant avec un jumeau (ou un frère) mort, porte en lui les cellules de son jumeau, il porte le vide, l'absence. Le sentiment d'abandon est une blessure d'attachement. Cela devient une identité, une croyance que la personne réactive toujours. La blessure d'attachement est d'autant plus grande que l'enfant aura été adopté tard, et été en manque de contact. Le manque d'attention aimante, de regard pérenne sur lui entrave la capacité à s'attacher, entraîne de la défiance, du rejet.

Pour contrer le sentiment de culpabilité, les enfants ont besoin de se décentrer, leur MOI est énorme.

« Je suis abandonné » devient une identité, d'où l'importance de réactiver la croyance de ses origines, la question de l'identité. La recherche, la connaissance des origines est importante pour que l'enfant puisse consentir à être autre au sein de la famille (autres origines, couleur, pays, histoire...), et consentir aussi à faire partie de cette nouvelle famille. « Oui, ton identité profonde, c'est d'être d'un autre pays, d'une autre couleur, ..., et tu es acculturé français par ton adoption. Cela est une richesse, une chance énorme ! »

Si l'identité d'origine est niée, cela met une partie de lui à mort.

Encore un paradoxe, le parent adoptant n'est pas de ma propre identité : dichotomie entre origines et famille nouvelle. Stanislas parle de « guerre » intérieure entre ses propres goûts et les goûts contraires de sa famille.

La violence sous consommation d'un produit est-elle plus fréquente chez les enfants adoptés ? Il s'agit plus d'une question de personnalité et des produits consommés qui font violence. La violence est l'expression de la colère se rapportant un chagrin très profond, mais le sujet n'a pas accès à l'origine du chagrin, donc ça sort brusquement.

Il est nécessaire de travailler sur la blessure d'origine, sur la cause du mal-être, multifactoriel possible. Alors même que le parent peut avoir tendance à « expliquer » l'addiction par une situation plutôt qu'une autre.

Il est important aussi d'aller au bout de ses croyances d'appartenance à un groupe, un gang, d'y réfléchir pour comprendre ce besoin.

Questions/réponses :

Denis :

Quels sont les attitudes vis-à-vis des autres membres de la fratrie, s'ils sont biologiques ? Jalousies, ... ?

Anne, maman de Paul, adopté au Guatemala. Alcool, cannabis.

Comment comprendre le conflit de loyauté qui touche nos enfants ?

Loyauté vis à vis des parents adoptifs et le souhait de respecter la famille, et la loyauté par rapport au groupe d'appartenance, du gang que son fils aurait voulu intégrer, gang en lien avec son histoire, son pays d'origine.

Louis, frère de Christian. Touché par les témoignages qui donnent espoir. Louis évoque l'histoire familiale, l'adoption de son frère Christian, à SJE aujourd'hui.

Que se passe-t-il quand les pères qui abandonnent après, séparations, divorces avec liens coupés ? Louis s'est senti un devoir de responsabilité vis à vis de son jeune frère, devoir de lui faire prendre conscience de sa responsabilité.

Quelle position on doit avoir, une fois la personne addict entrée en structure ?

Soeur Anne-Gabriel : il faut faire confiance à la structure d'accueil et faire attention aux échanges téléphoniques, et rester dans la ligne directrice de l'accompagnement. Lâcher prise et surtout l'encourager à aller au bout. Si tu arrêtes c'est ton choix, mais je ne t'accepte pas à la maison ainsi. Rappel fait aux jeunes, quand tu vas te mettre en marche, ta famille va se mettre en marche également, et être capable de te ré-accueillir.

Qu'est-ce que moi parent je soigne chez moi, pour aussi aller mieux ? Il faut profiter de cet éloignement pour se mettre mieux avec sa propre histoire.

Clotilde évoque :

L'avant structure, où la souffrance est chez l'enfant, et le parent. Il est alors important de travailler chacun sur la codépendance respective entre parents et enfants, qui nous empêche d'être NOUS.

Puis, quand le jeune est accueilli, SJE, EDVO... il faut faire absolument confiance à l'accompagnement, et au jeune, et profiter de ce temps pour travailler sur nous.

A la sortie les rechutes sont possibles et normales, et chaque rechute permet au jeune d'avancer, mais notre propre cheminement doit nous permettre de maintenir la distance, tout en gardant la confiance et le lien d'amour, car le chemin est long.

Bien sûr qu'il est difficile de fermer la porte à son enfant adopté, mais on a le droit de dire stop, quand on est sous l'eau. Ce n'est pas l'abandonner que de lui dire qu'il a le devoir de se soigner, qu'il est libre de ses choix, mais qu'il doit aussi respecter notre liberté. Mettre des limites à nos enfants est essentiel pour qu'ils sentent où aller et où ne pas aller. Cette mise à la porte peut être violente pour eux, mais c'est à nous alors, de ne pas les lâcher pour autant dans cette épreuve (téléphoner, payer quelques nuitées d'hôtel avec somation, donner rdv dans un café pour discuter...). Cet acte est aussi une preuve d'amour que nous pouvons leur expliquer quand ils ont retrouvé leurs esprits. « Je veux te permettre de prendre ta vie en main, par toi-même et pour toi, car je t'aime et même si tu as du mal à comprendre, c'est pour toi que je le fais. Je te fais confiance, car je sais que tu vas y arriver ».

Stanislas précise qu'il a arrêté de consommer lorsqu'il a tout perdu (argent, boulot, copains, chérie, famille). C'est ce vide qui lui a permis de vouloir changer, de ne plus vouloir souffrir. Il lui a fallu 2 ans pour admettre que SJE pourrait l'aider à avancer avec ses souffrances. Et rien d'extérieur à lui n'aurait pu le faire arrêter.

J'ai compris que quelque-soit ce que je faisais avant, rien ne changeait. « Ce qui me permet de tenir, ce sont les choses acquises à St Jean Esperance, mon engagement pour mon rétablissement avec narcotiques anonymes et un bon entourage. »

Anne D. c'est la responsabilité de chacun de se mettre en marche, de décider de vivre !

Conclusion par Soeur Anne-Gabriel :

L'identité : se sentir appartenir à une puissance supérieure, ou la question de la spiritualité (reprise par certains psychiatres laïcs).

L'histoire de nos enfants : il est important d'arriver à leur en parler profondément et avec fierté (culture de leur pays, ...)

Les fausses croyances : ne pas croire que la cure supprime la cause de la souffrance intérieure. Il faut chercher en soi pourquoi ce besoin de béquille (produit) et détricoter les fausses croyances (suppositions, fausses assimilations...).

Le choix : sortir du déni et avancer ne sont possibles que si le jeune le décide.

La richesse : ne pas oublier que la famille ne serait pas ce qu'elle est sans cet enfant.

Remerciements

A voir : Une histoire à soi d'Amandine GAY

<https://boutique.arte.tv/detail/une-histoire-a-soi?srsltid=AfmBOoqBqTKKMeHUHvVtqNF6WNx2iV2-uLgcccQ0tyazYB9Q2xu7OU9n>



Contact : Virginie Barcelo

vdusud@hotmail.fr — 06 80 06 05 49

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