

## INFO TOXICO JUIN 2015

### DE L'AIDE AUX PARENTS DÉSESPÉRÉS – Témoignage d'un parent



Stéphanie n'en dormait plus de voir son adolescent sombrer dans la consommation de drogues. Elle angoissait de voir la police venir chez elle et y trouver du cannabis. Elle doutait que son fils soit aussi revendeur.

Malgré toutes les remontrances, les menaces, son adolescent aujourd'hui âgé de 19 ans continuait de s'enliser avec sa dépendance. *«Je n'en pouvais plus. J'étais rendue au point où j'allais le mettre dehors de la maison»*, a-t-elle confié au Centre de réadaptation en dépendance de Québec.

C'était avant les Fêtes de 2013. Avant d'expulser son fils de la maison, elle a consulté au CLSC. On l'a invitée à communiquer avec le Centre de réadaptation. Un service gratuit et confidentiel (et surtout peu connu) y est offert aux proches de personnes qui ont des problèmes de dépendance aux drogues, à l'alcool et au jeu en plus des autres services aux toxicomanes.

*«Quand j'ai décidé d'aller chercher de l'aide, c'était pour moi. Ce n'était pas pour mon fils. Je n'étais plus capable de vivre avec cette situation. J'avais besoin d'avoir des outils pour me sortir de cette situation parce que j'y laissais ma peau»*, a-t-elle raconté.

#### Réunions de groupe

À compter de janvier, elle a participé à des réunions de groupe. Il y en a eu 11 au total jusqu'en avril. À la première réunion, il y avait quatre autres parents monoparentaux et des couples de parents. Elle a constaté que les autres parents vivaient les mêmes difficultés. Stéphanie y a appris à mieux composer avec son jeune, à imposer des règles strictes et à être ferme dans leur application. L'approche est de rendre son adolescent plus autonome et plus responsable tout en ne se faisant pas d'illusions sur sa consommation de marijuana.

*«Le changement majeur a été dans la façon de communiquer avec mon fils. Je suis une fille de caractère et j'impose. J'ai changé la manière de lui parler, mais je lui mets des limites avec des conséquences. Et ça donne de meilleurs résultats»*, a affirmé Stéphanie.

*«Il n'a pas respecté la règle de ne pas consommer pour prendre mon auto. Il a eu une conséquence et il ne peut plus la prendre maintenant. Je ne gère plus le stress s'il risque d'avoir un accident à cause de la drogue», a-t-elle ajouté.*

Pour plusieurs, la solution la plus simple serait de mettre à la porte l'enfant toxicomane. L'infirmière clinicienne Sylvie Veilleux n'est pas de cet avis. *«Chacun fait ce qu'il peut avec les moyens qu'il a. À un moment donné, les parents sont dépassés. C'est tellement facile de se faire dire de mettre l'enfant à la porte, de couper les ponts, alors que ce n'est pas ça dans la vraie vie.*

*Les parents veulent éviter d'être jugés et que leur enfant soit stigmatisé comme un toxicomane à vie», a-t-elle souligné.*

Elle ne croit pas non plus en un hyper contrôle ou une hyper vigilance du jeune. Annick, une autre mère avec un ado toxicomane, l'a expérimenté. *«Les parents me disent que leur enfant ne sortira pas de sa chambre s'il a un problème de drogue. Quand ils seront rendus là, ils vont venir me voir. Quand j'interdisais à mon fils de sortir, il fuguait. Je vivais le problème plus que lui. Je pleurais. Lui, il avait du fun», a-t-elle dit.*

Les frères, les sœurs, les grands-parents ainsi que des employeurs aux prises avec un employé qui a un problème de dépendance peuvent bénéficier du service du Centre de réadaptation. L'an dernier, plus de 250 personnes, en privé ou en groupe, s'en sont prévaluées. *«Souvent, ces gens ne savent pas quoi faire. Ils portent le problème encore plus lourdement que celui qui a une dépendance»,* affirme la directrice générale du Centre, Andrée Deschênes.

On estime que de quatre à six personnes peuvent être affectées par une personne qui a un problème de consommation d'alcool ou de drogues. Pour le jeu pathologique, de 7 à 17 personnes peuvent être touchées.

Source : Centre de réadaptation en dépendance du Québec.

**JOCELYNE ALLAIRE**  
Responsable en toxicomanie