

Sevrage, thérapie et après ?

Une nouvelle association qui mérite d'être connue a vu le jour cette année à Genève. Cette association *L'Impact* se veut libre vis-à-vis de toute entité médicale ou sociale (ndlr)

Le constat

C'est lors de divers échanges entre pairs installés durablement dans l'abstinence que nous avons constaté que souvent la rupture est trop grande entre la fin de la thérapie (milieu protégé) et le début d'une nouvelle relation avec sa famille, ses collègues, ses amis et connaissances (retour en milieu non protégé).

En effet, en raison de notre nouveau choix de vie, d'un côté nous devons faire face à l'incompréhension d'une bonne partie de notre entourage et de l'autre, la consommation d'alcool faisant partie de divers rites sociaux, il est souvent difficile de s'y soustraire de peur d'être marginalisé. Etre incompris et/ou marginalisé amène à l'isolement et à la tristesse sociale. Le risque de rechute devient alors très élevé.

Création d'un groupe de travail hebdomadaire

Fort de ce constat nous avons mis en commun nos diverses compétences pour créer un collectif et, après plusieurs mois d'échanges et de réflexions, nous avons pu définir les priorités dès la fin d'une thérapie : reconnaître les efforts effectués, valoriser les compétences, valider les réussites, le tout en s'appuyant sur la notion de plaisir. Oui, mais comment répondre à ces demandes ?

Nous remercions le Professeur Daniele Zullino pour son soutien, le personnel soignant du CAAP Grand-Pré et tout particulièrement Madame Brigitte PERRIN pour toute l'aide qu'elle nous a offert sans compter.

Création d'une association

Il nous a paru nécessaire de créer une association afin de donner forme à nos démarches. Nous l'avons baptisée *L'Impact*. Nous offrons un support d'espoir et de résilience. Au-delà de l'entraide entre pairs, nous nous engageons dans le partenariat avec les milieux associatifs voir professionnels (partage des compétences) et dans l'action citoyenne. Nous avons aussi créé un journal, support idéal pour s'exprimer.

Réussites

Nous avons présenté le travail effectué et nos projets aux professionnels du CAAP Centre ambulatoire d'addictologie (CAAP Grand-Pré) lors d'un colloque et nous avons obtenu le soutien de la plupart d'entre eux. Cela nous a permis de participer au Congrès européen de psychiatrie sociale ainsi qu'à deux journées sur l'addiction dont la dernière, organisée par l'association Co-RoMA (Collège romand de médecine de l'addiction) et le service d'addictologie des HUG. Ce dernier nous a demandé de réaliser un film sur le thème de la journée : le plaisir. Et c'est grâce à l'aide précieuse d'une réalisatrice qu'au travers de ce film réussi sur la résilience et le plaisir, nous avons pu faire connaître notre association à divers professionnels de Suisse romande. Nous avons eu de l'impact!

> Yves Maury

DÉSIREZ-VOUS PARTICIPER À L'AVENTURE ?

Pour prendre contact :

limpact.ge@gmail.com ou 022 535 31 29 et 076 616 45 14

Et les proches...

La consommation de boissons alcoolisées est synonyme de plaisir, de détente, de récompense et fait partie de divers rites sociaux. On retrouve cette consommation partout, dans des lieux publics, au travail, dans la famille et même dans des clubs sportifs. A tel point qu'il a fallu légiférer sur sa consommation : âge légal, taux d'alcoolémie au volant, amende pour ébriété sur la voie publique, etc. Tout semble bien maîtrisé et, en règle générale, cela se passe assez bien. Sauf que pour certaines personnes, un jour, tout bascule. On parle alors d'addiction et pour les proches c'est l'incompréhension. > Yves

Lorsque les proches souffrent

Les conjoints et les enfants d'une personne avec un problème d'alcool sont déstabilisés et angoissés et leur vie en est bouleversée. Le partenaire est seul avec ses soucis et les enfants, particulièrement, subissent en silence et ne comprennent pas. Ils voient leurs parents souffrir et n'osent pas parler. L'épouse ou le mari vit très souvent dans la peur que son conjoint ait un accident, que son permis lui soit retiré ou qu'il perde son travail avec toutes les difficultés qui en résultent, financières, problèmes de santé, vie sociale et familiale et aussi dégradation des relations sentimentales.

Un changement de comportement, sous l'emprise de l'alcool, pouvant aller jusqu'à la violence peut avoir des conséquences graves et engendrer beaucoup de souffrances physiques et psychiques. Les proches se sentent impuissants à comprendre la personne alcoolique et à l'aider, se cachent la vérité et la cachent aux autres. Il est en effet difficile pour eux de trouver des explications concrètes à cette maladie.

La honte est alors très présente dans leur vie par rapport au regard de la société. Ils ont un immense sentiment de culpabilité car tout le monde ne comprend pas que la consommation d'alcool puisse devenir une maladie, ce qui implique la difficulté de se confier. Comment trouver les mots justes pour exprimer son inquiétude, sa souffrance et sa tristesse ? > Gisèle

Le patient, la famille et les soignants

La culpabilité, la colère, l'angoisse, le sentiment d'impuissance, le sentiment d'abandon, la tristesse, le désespoir sont très souvent les sentiments que peuvent ressentir les proches d'une personne dépendante. Ces sentiments sont bien évidemment une source importante de mal-être, de souffrances. Ainsi, si l'on accepte de considérer qu'un groupe familial est comme un système: les problèmes d'un seul de ses membres sont une menace pour l'ensemble du groupe. Ceci est d'autant plus vérifiable lorsque la problématique d'un des membres de la famille, ici la dépendance à l'alcool, modifie de manière profonde le comportement de celui ou de celle qui en souffre.

Mais, et ceci est un fait que j'ai personnellement vécu, il arrive malheureusement trop souvent que, lorsqu'une personne dépendante décide d'entrer en soins, après une première phase de soulagement, le clan familial, trop souvent, refuse de collaborer activement au rétablissement de la personne dépendante. Une des raisons, le plus souvent inconsciente, est que la dépendance d'un des membres de la famille, aussi paradoxal que cela puisse paraître, est devenu un élément important de la dynamique familiale. Il n'est du reste pas exceptionnel de voir des couples se séparer après la guérison d'un des conjoints. C'est notamment pour ces quelques raisons que j'ai toujours pensé qu'il était primordial que la famille d'une personne dépendante puisse être également prise en charge lorsqu'un de ses membres décide d'entreprendre des soins. Je sais que cette possibilité existe, mais que c'est sans doute un des domaines où la prise en charge médico-social des dépendances devrait être encore améliorée. C'est du reste, j'en ai la certitude, l'un des apports importants qu'un groupe tel que le nôtre peut apporter: être une passerelle entre les milieux médico-sociaux et les familles.

De plus, et il ne s'agit en aucun cas d'une provocation gratuite, en ce qui me concerne, j'ai 40 ans d'expériences «en alcoologie pratique et théorique» et même sans diplôme cela fait néanmoins de moi un expert plus que compétent! > François