

consiste à faire des choses comme un inventaire personnel et des amendes honorables. Les paragraphes ci-dessous soulignent différentes façons dont les jeunes ont été soutenus dans leur rétablissement par leur famille.

Faire de NA une priorité en début de rétablissement implique en général d'assister à des réunions régulièrement, ainsi qu'à des événements, d'être en contact téléphonique et de passer du temps avec d'autres dépendants en rétablissement qui ne consomment pas. Les jeunes partagent souvent que leurs parents se sentent plus à l'aise avec l'implication de leur enfant quand ils ont une occasion de rencontrer les membres de NA que leur enfant fréquente.

Dans NA, le rétablissement est un processus sans fin et les dépendants continuent d'assister aux réunions longtemps après avoir arrêté de consommer. Beaucoup de jeunes disent que cela ne les aide pas du tout qu'on leur demande quand est-ce qu'ils vont arrêter d'assister aux réunions.

Réussir à concilier travail scolaire et réunions est aussi un défi caractéristique des jeunes dépendants et de leurs parents. Beaucoup de jeunes ont cherché avec leurs parents des réunions compatibles avec leurs occupations, à savoir des réunions dans la journée ou le week-end, pour qu'un équilibre se crée entre le rétablissement et leurs autres responsabilités.

Les jeunes disent qu'ils se sentent soutenus grâce à des choses très simples : que leurs parents fassent attention à leur anniversaire de rétablissement, leur disent qu'ils sont fiers de leur abstinence et de leur rétablissement.

SOUTENIR L'ABSTINENCE COMPLÈTE

NA est un programme d'abstinence complète de toute drogue, y compris l'alcool. Les jeunes disent souvent que passer du temps avec des membres de leur famille qui boivent ou se droguent, rend leur rétablissement plus difficile.

SI VOTRE ENFANT EST SOUS TRAITEMENT

NA n'a pas d'opinion sur l'utilisation de médicaments. Malgré cela, il arrive que des dépendants donnent leur opinion personnelle sur le fait de prendre tel ou tel médicament prescrit pour un problème mental ou physique. Il y a même des membres qui peuvent dire à votre enfant qu'il ou elle n'est pas abstinente. Ce sont des opinions personnelles, pas celles de NA en tant qu'organisation.

Les blessures ou les opérations qui entraînent la prise d'anti-douleur peuvent mettre les parents qui essaient de soutenir l'abstinence de leur enfant dans une certaine confusion. Le livret « *Quand la maladie frappe* » rapporte des expériences et aide ceux qui doivent prendre des anti-douleurs au cours de leur rétablissement.

COMPRENDRE LA RECHUTE

Il n'est pas rare que des dépendants en rétablissement rechutent et se remettent à consommer des drogues. Ces conduites ont souvent des conséquences pour le reste de la famille, mais une rechute ne signifie pas forcément qu'un dépendant ne se rétablira plus et ne finira pas par trouver une abstinence complète et durable. Malheureusement, la rechute fait partie du processus de rétablissement de certaines personnes. Cependant, selon notre littérature et notre expérience « nous n'avons jamais vu une personne qui vit le programme rechuter ». Beaucoup d'entre nous reviennent de leur rechute et profitent d'un rétablissement de longue durée. Pour plus d'informations sur la rechute, voir le chapitre « Rétablissement et rechute » du Texte de base, ou le dépliant du même titre.

UN SOUTIEN POUR LES FAMILLES

Beaucoup de familles trouvent du soutien dans les groupes prévus à cet effet, comme ceux dédiés à l'aide aux familles et amis des dépendants (tels que Nar-Anon et Familles Anonymes). Narcotiques Anonymes n'est pas affilié à ces organisations, de même que nous n'en recommandons pas une plutôt qu'une autre. Nous fournissons juste cette information dans un esprit de coopération.

Ce texte a été créé à partir de l'expérience collective de jeunes membres qui sont restés abstinents et ont trouvé un nouveau mode de vie grâce à Narcotiques Anonymes. Nous espérons que ce dépliant aidera des jeunes et leurs parents à trouver réponse aux questions courantes qu'ils se posent sur le rétablissement en NA.



Copyright © 2009 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Tous droits réservés.

World Service Office

PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA

TEL (818) 773-9999

FAX (818) 700-0700

WEB www.na.org

World Service Office—Europe

48 Rue de l'Été
B-1050 Brussels, Belgium

TEL +32/2/646-6012

FAX +32/2/649-9239

World Service Office—Canada

150 Britannia Road East Unit 21
Mississauga, Ontario, L4Z 2A4, Canada

TEL (905) 507-0100

FAX (905) 507-0101



Traduction de littérature approuvée par la fraternité de NA.

Narcotics Anonymous,   
et The NA Way sont des marques déposées de
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781557767776 • French • 3/09

WSO Catalog Item No. FR-3127





Ce dépliant tente de répondre à quelques-unes des questions que les parents, ou les responsables d'une jeune personne qui vient à Narcotiques Anonymes, peuvent se poser. L'information rassemblée ici n'a pas pour but de vous dire comment vous occuper de vos enfants, mais de vous faire part de l'expérience commune à d'autres jeunes qui ont réussi à demeurer abstinentes et à trouver le rétablissement dans NA. Dans le monde entier, des jeunes se sont rétablis de leur dépendance aux drogues grâce à Narcotiques Anonymes et nous espérons que ce dépliant sera utile à tous les proches qui souhaitent en savoir plus quant aux expériences qu'un jeune fait en rétablissement.

Le programme de NA

Le programme de NA se trouve dans les douze étapes (et dans d'autres publications de NA). Il met l'accent sur la dépendance en tant que « maladie physique, mentale et spirituelle qui affecte tous les domaines de notre vie ». De ce fait, le rétablissement dans NA implique davantage que la simple abstinence de drogues.

QUE SE PASSE-T-IL DANS UNE RÉUNION ?

Ce que vous trouverez assurément dans une réunion de NA, c'est un groupe de gens parlant librement de leurs succès et difficultés à vivre sans consommer. Souvent les dépendants partagent les défis qu'ils rencontrent en faisant face à la vie de tous les jours et sur la façon dont ils ont essayé d'affronter ces défis en pratiquant les principes trouvés dans les douze étapes. Les dépendants sortent souvent ensemble avant et après les réunions, et dans beaucoup de pays, s'accueillent en se faisant des « hugs » (en se prenant dans les bras chaleureusement). Les réunions de NA donnent aux gens une occasion d'entrer en relation avec d'autres dépendants en rétablissement et ainsi

de développer un sentiment d'appartenance. Ces relations sont très importantes pour aider les personnes à se sentir soutenues dans leur nouveau mode de vie. Les réunions de NA sont en principe animées par quelqu'un qui agit en tant que modérateur ; beaucoup de groupes offrent des porte-clés pour célébrer les anniversaires de rétablissement.

La meilleure façon de savoir ce qui s'y passe est d'aller assister à une réunion près de chez vous. Les réunions « ouvertes » accueillent les amis, la famille et des voisins, alors que les réunions « fermées » sont réservées uniquement aux dépendants. La liste de réunions ou la ligne téléphonique indiquent normalement quelles sont les réunions dites « ouvertes » et « fermées ».

Dans NA, notre rétablissement met l'accent sur la maladie de la dépendance et non pas sur une drogue en particulier. Bien que NA veuille dire « Narcotiques Anonymes », NA est une fraternité s'adressant aux dépendants qui ont consommé n'importe quelle substance modifiant le comportement.

QUI ORGANISE LES RÉUNIONS ?

NA est un programme de douze étapes dont les participants ne sont pas des professionnels de la dépendance aux drogues. Les groupes de NA sont gérés par des membres de NA qui, en général, prennent des responsabilités dans le groupe de leur choix (comme installer les chaises, préparer le café ou recueillir les contributions des uns et des autres). Prendre ce genre de responsabilité implique souvent un plus grand engagement envers cette réunion en particulier.

ASSISTER AUX RÉUNIONS

Dans NA, nous estimons qu'assister régulièrement à des réunions nous aide à ne pas consommer de drogues et à nous sentir connectés au programme et à la fraternité. Les publications de NA suggèrent aux nouveaux d'assister aux réunions chaque jour, au moins pendant les quatre-vingt-dix premiers jours quand c'est possible, et ensuite de continuer à s'y rendre

régulièrement. Beaucoup de jeunes témoignent que le processus de leur rétablissement peut être entravé lorsqu'on les empêche d'assister aux réunions. Pour un dépendant en rétablissement, cela peut être l'équivalent d'être privé d'aller à l'école, ou d'être empêché de se soigner en cas de maladie. Se rétablir implique de créer de nouvelles relations saines et c'est souvent pendant les réunions de NA que ces liens-là se tissent. Ces relations sont très importantes pour réussir à arrêter les drogues de façon durable et pour apprendre à vivre autrement.

LE PARRAINAGE

Un parrain (ou une marraine) fait partie intégrante du programme de rétablissement de la dépendance. Un parrain est un dépendant plus expérimenté qui aide quelqu'un de plus nouveau en partageant avec lui son expérience de l'abstinence et en l'aidant à appliquer les douze étapes. Un parrain n'est pas payé. Ce n'est pas un thérapeute, ni un professionnel. Un parrain n'est pas non plus responsable du rétablissement de son filleul, ni de la capacité de celui-ci à rester abstinent. Cependant, cette relation est vitale pour qu'un dépendant apprenne à vivre sans consommer de drogues.

Certains jeunes membres de NA se sont aperçus qu'une rencontre entre leur parrain et leurs parents peut aider ces derniers à mieux accepter cette relation tout à fait nouvelle. Mais le parrainage est basé sur la confiance et la confidentialité. Demander au parrain de votre enfant de vous donner des informations qui lui ont été confiées peut menacer les fondements même de la relation. Pour plus d'informations sur le parrainage dans NA, lisez le dépliant # 11 ou bien notre livre intitulé *Le parrainage*.



DE QUOI VIT NA ?

NA s'auto finance grâce aux contributions de ses membres. Tous ceux qui en ont les moyens contribuent pour une petite part afin d'aider à la bonne marche de NA. Cet argent aide à payer le loyer, les boissons et les publications de NA. Les publications peuvent en principe s'acheter dans les réunions et une partie de notre littérature est gratuite.

EST-CE QUE NA VA ÉLOIGNER MON ENFANT DE NOTRE RELIGION ?

NA est un programme spirituel qui ne cautionne ni ne s'oppose à aucune religion. Le « programme spirituel » de NA consiste à appliquer des principes tels que l'honnêteté et la gratitude dans la vie de tous les jours. NA n'est pas en compétition ou en conflit avec la religion et ne demande pas de pratiquer une religion particulière. Souvent, NA enrichit la religion ou les croyances spirituelles que l'on a déjà.

Comment les jeunes trouvent-ils du soutien dans leur famille ?

Quand quelqu'un de jeune découvre NA, ses parents veulent souvent savoir quel rôle jouer dans le rétablissement de cet être qui leur est cher. La réponse à cette question sera différente pour chacun, mais ce qui peut aider, c'est de ne pas oublier que le rétablissement est un processus qui prend du temps. Apprendre à mettre en pratique les principes contenus dans les douze étapes est une expérience hautement personnelle, qui