

Groupe de Solidarité et entretien individuel, la famille avec Trempoline Témoignage de Marie-Anne LEGROS

Voici 2 ans, j'ai fait connaissance avec Trempoline. Mon fils entrait en interne dans l'institution pour problème avec la drogue, l'alcool, les médicaments.

Informée de son existence, j'ai assisté au Groupe de Solidarité. Ce fût le premier lien véritable et constructif retrouvé avec Xavier et un lieu où j'ai vraiment pu m'occuper de moi (commencer). Pas une minute je n'ai abandonné mon fils durant ses années de consommation. Je m'étais cependant forcée, peu à peu, à me détacher de lui, par amour, me rendant à l'évidence, que « le porter », l'entretenait dans sa dépendance, l'empêchait de toucher le fond et me rendait malheureuse sans arrêt.

Le lien existait « au cas où », pas n'importe comment ; j'étais là, il le savait.

Participer à ce groupe m'apporte chaque fois des outils inestimables à mon relèvement personnel en interactivité avec celui de Xavier et du mieux-être de mon entourage.

Je vais mieux, les autres en profitent !!

Ces outils :

- le partage du vécu dans la vérité de chacun, le respect, la tolérance, l'ouverture d'esprit.
- L'entraide en toute confiance ;
- La confidentialité ;
- Le non-jugement
- Les encouragements soit par téléphone, et les rencontres avec d'autres parents
- Les découvertes de mes dysfonctionnements au niveau émotionnel, communication et manipulation.

Et là, Nathalie - coordinatrice et animatrice – de ces groupes me propose de un suivi individuel en plus de ma participation au Groupes de Solidarité.

Ce côté « aide familiale » s'est avéré un cadeau du ciel pour moi.

Chaque semaine, à heure fixe, j'ai un rendez-vous auquel je suis invitée par Nathalie à venir avec demandes, difficultés, joies, objectifs ...

Ecoute, partage, empathie, amour, limites à me donner et à donner aux autres, jeux de rôles afin de vivre certaines situations et mieux comprendre et les gérer différemment, reconnaissance, apprendre à mieux m'aimer, à retrouver confiance en moi, lectures à empoter, aiguillage vers une thérapie à l'extérieur avec des noms et numéros de téléphone, pour travailler ce qui « cloche » dans mon passé.

Proposition d'activités ciblées pour mieux vivre (sophrologie, massage)

Possibilité d'appeler un membre de l'équipe pour une demande :

- Quand en difficulté.
- Partage d'une joie.
- Autres besoins importants et soulignons qu'à chaque fois j'ai eu une réponse – Fabuleux !!.
- Et tant d'autres choses que je n'ai pas en tête pour le moment. (repas ensemble, entre parents et proches ...)

Par la suite, les rendez-vous peuvent s'espacer, se rapprocher et de fil en aiguille, demande lorsque le besoin est là.

Dans le cadre de la thérapie de Xavier :

- Les visites au résident (à sa demande le samedi après-midi.
- Les rencontres lors d'unifamiliale avec Julio – thérapeute familiale et pédagogue - et Xavier. Interpellantes, constructives, pas toujours facile mais qui ont fait avancer les choses.

Les journées familiales proposées au sein de Trempline (fête de Noël, marche parrainée, barbecue, présentation des vœux et multifamiliale).

A ce jour, voici 11 mois que Xavier est sorti et 9 mois qu'il est abstinent et cela se passe au mieux dans la confiance, vigilance en ce qui concerne la communication saine.

Pour ma part, je ressens une sérénité, un sentiment de sécurité oublié depuis tellement longtemps.

Quand cela m'est possible, à la demande du Service Famille, j'apporte ce que je peux comme aide (je rends ce que j'ai reçu) dans les activités familiales de l'institution comme par exemple : cuisiner pour une journée familiale, confectionner des brochettes de bonbons pour récolter de l'argent pour les résidents, garde active d'enfants de moins de 12 ans ne pouvant participer aux multifamiliales.

Et l'avenir m'apportera certainement encore de belles surprises qui me permettront de « grandir » dans une ambiance conviviale.

Merci à Trempline.