

CARACTÉRISTIQUES D'UNE FAMILLE DYSFONCTIONNELLE

- Peu ou pas de communication
- Les sentiments refoulés
- Les attentes restent secrètes
- Les relations sont embrouillées
- Manipulation et contrôle
- L'échelle des valeurs varie
- Attitudes rigides fixées aux vieilles traditions
- Atmosphère sévère
- Jalousie et soupçons
- Maladies chroniques fréquentes

PRIÈRE DE LA SÉRÉNITÉ

Mon Dieu,
Donnez-moi la **sérénité** d'accepter
les choses que je ne puis changer,
Le **courage** de changer les choses que je peux,
Et la **sagesse** d'en connaître la différence.



TU TE RECONNAIS DANS LES CARACTÉRISTIQUES DE L'ENFANT-ADULTE ?

Viens alors nous voir.
Téléphone ou consulte la liste de réunions.
Quelqu'un est là pour t'accueillir.

Montréal : 514-990-0901

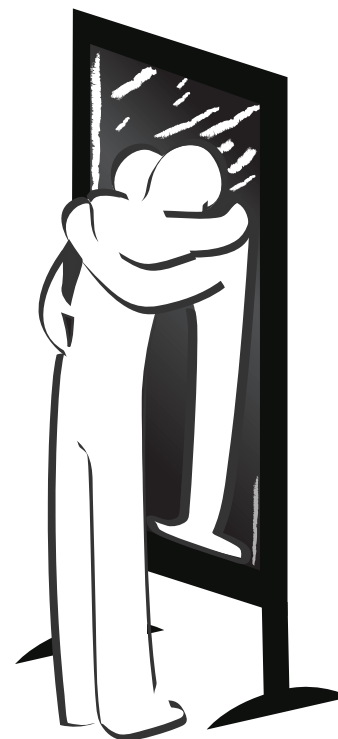
Québec : 418-990-1126

Ottawa : 613-230-9071

<http://www.eada.qc.ca>

E.A.D.A.

TU AS VÉCU DANS UNE
FAMILLE
DYSFONCTIONNELLE
OU ALCOOLIQUE ?





INFORMATIONS GÉNÉRALES

E.A.D.A. est un mouvement non-confessionnel, non-professionnel et à but non-lucratif. Le mouvement a pris sa source aux États-Unis dans les années 1970 sous le nom de A.C.A. (Adult Children of Alcoholics). En janvier 1984 avait lieu la fondation du tout premier groupe francophone au Québec.

E.A.D.A. s'adresse aux adultes qui sont issus de familles dysfonctionnelles ou alcooliques. Il traite spécifiquement des types de problèmes propres aux foyers dysfonctionnels : alcoolisme, drogue, inceste, maladie mentale et/ou physique, cruauté mentale et/ou physique, excès de sévérité, conflits entre parents et/ou entre parents et enfants, etc...

E.A.D.A. est un groupe de soutien et de partage qui s'inspire des concepts, des traditions et des étapes des A.A. Il comporte toutefois dans sa nature et ses objectifs des éléments qui le distinguent des autres programmes des 12 étapes.

ENFANT-ADULTE DE FAMILLE DYSFONCTIONNELLE OU ALCOOLIQUE

E.A.D.A. est entièrement supporté par des bénévoles et chaque groupe est autonome tant que son action ne touche pas l'ensemble du mouvement. Une collecte volontaire est effectuée lors des réunions pour défrayer le loyer, le café, etc...

E.A.D.A. POURSUIT UN TRIPLE OBJECTIF

- Accueillir et encourager chacun(e) à faire face au déni (refus de reconnaître une réalité à caractère traumatisant) ;
- Procurer un réconfort aux individus qui souffrent encore de la perte prématurée de sécurité, d'amour et de confiance ;
- Apprendre à connaître et à utiliser les moyens qui nous permettent de nous adopter nous-même et de renaître dans l'amour, le respect, la douceur, l'humour et la sérénité.

CARACTÉRISTIQUES DE L'ENFANT-ADULTE

- Isolement
- Dépression
- Culpabilité
- Basse estime de soi
- Désir de plaire à tout prix
- Peur du rejet et de la désapprobation
- Peur de faire confiance
- Peur de l'intimité
- Attitude de victime
- Négation de nos sentiments et émotions
- Recherche de surexcitation et d'émotions fortes
- Difficultés à nous détendre, à nous amuser et à nous laisser aller
- Se critiquer et critiquer les autres
- Nous confondons amour et pitié
- Comportements compulsifs et obsessionnels
- Peur de l'abandon

