

ALCOOL

Par **Sisi68** Posté le 10/10/2023 à 11h59

Bonjour à tous,

Je lance un SOS pour mon frère qui est alcoolique. Il vit en appartement tout seul. Il ne s'entretient plus. Il ne fait plus le ménage. On est 4 enfants avec mon frère. On est là pour l'aider. Il ne veut rien savoir. Il se renferme sur lui. Notre maman qui a 78 ans est dans tout ses états. Il a été en hôpital mais ne veut pas y retourner. On ne sait plus quoi faire. Je voudrais tel'aide, s'il vous plaît...

1 RÉPONSE

Sunday - 18/12/2023 à 17h48

Bonjour Sissi68,

J'espère que vous allez bien et que depuis le mois d'octobre la situation de votre frère s'est améliorée.

Dans le cas contraire il est fort probable que ses difficultés ne lui permettent pas de vivre "correctement". Il lui est sans doute très difficile d'accepter de l'aide. Ce pour plusieurs raisons:

- quand on est addicté, sur un laps de temps relativement long nous ne sommes pas en mesure de faire quoique ce soit pour nous. Tout "simplement" parce que les substances nous font du bien. Même si elles nous mettent dans un état second, même si nous faisons des choses absurdes, dangereuses, irrespectueuses. La descente est rude pourtant, car dans les moments où les effets s'estompent, le corps fait ce qu'il peut pour suivre, la raison émerge et nous plonge dans une culpabilité atroce, dans des peurs d'être jugés, dénigrés, voire même abandonnés. Alors plutôt que de rester sur ce semblant de clairvoyance rendu possible par l'alcool moindre dans notre sang, nous reconsomons. Et c'est reparti pour un tour. Et ça fait du bien. On se sent léger, on oublie tout. On se sent fort. Il peut se passer n'importe quoi, on s'en fout! C'est un peu caricatural mais pas tant que ça. Bien entendu, chaque situation est différente.

Mais partons sur ce principe, vous voyez bien que ce cercle vicieux peut se reproduire très longtemps. La place des proches est délicate. Vous vivez, rejet, incompréhension, peur pour votre frère, pour votre mère. Et vous êtes témoin de sa destruction. De son auto destruction. "il a pourtant sans doute tout pour être heureux". Il au moins une famille aimante qui s'inquiète pour lui. Et qui est là pour l'aider. Que néni! il persévère.

Vous pointez la grande difficulté de toute situation de dépendance avec ses grandes questions :

--> comment faire basculer son proche dans cette prise de conscience? Comment la sortir de son aveuglement, de ses mensonges aussi, qui lui permettent de répondre à ses pulsions qui l'appellent à consommer encore et encore.

--> comment lui permettre de se sevrer alors qu'il répond à des réclamations intempestives de son cerveau

--> Comment le sortir de cet isolement, de sa dépression peut être, de son mal être dans tous les cas alors qu'il refuse votre aide.

Je ne vais pas être très aidante car lui seul détient la solution. En revanche, étant ancienne consommatrice je peux vous dire que vous pouvez lui dire votre inquiétude, le signifier qu'en cas de problème vous serez toujours là pour lui, vous pouvez aussi vous tourner vers des groupes de parole pour proche qui s'auront vous guider pour tenter d'amener vers frère progressivement vers le soin. Vous pourrez ainsi échanger avec des soignants mais aussi avec des personnes qui vivent ou qui ont vécu des choses similaires. Chaque histoire est différente mais même si ça vous paraît dérisoire, l'amour, votre disponibilité et le non jugement permettront à votre frère de s'appuyer sur vous lorsqu'il le pourra.

Je vous souhaite tout mon courage pour cet avenir qui pourra évoluer avec la volonté, la force de votre frère et son entourage (soignants, soignés, et proches). Il s'agit d'un long combat douloureux pour chacun lais possible.

Protégez vous aussi car vous avez votre vie également.

Croyez moi ou non, le soleil finit toujours par briller.
Prenez soin de vous.
