

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### MA MÈRE EST ALCOOLIQUE ET JE SUIS PERDUE.

---

Par **Profil supprimé** Posté le 02/05/2014 à 15h01

Bonjours, je viens ici car je ne sais plus quoi faire. Ma mère est alcoolique depuis près de 2ans et demi. Elle a commencé a boire suite au décès de mon père en décembre 2012. Et cela empire de jours en jours. Elle nous ment sur sa consommation d'alcool, en nous disant qu'elle ne boit pas, alors qu'elle vide pratiquement une bouteille de rhum ou de whisky par jour. Quand elle a bu et que mon frère et moi essayons de parler avec elle calmement, elle nous dit les pires atrocités.

Il y a des jours où elle ne boit pas et d'autres où elle boit a ne plus tenir debout. Elle s'est déjà cassée 5 côtes et le poignet sous l'emprise de l'alcool.

Je ne sais plus quoi faire et j'ai peur pour mes petits frères, car ma soeur ne vit pas avec nous. Elle prend des fois la voiture pour les emmener à leur club de sport et cela me fait peur. Quand l'on se permet de sortir (cinéma, resto, etc) on lui propose toujours de venir avec nous. Elle accepte quelques fois mais refuse souvent sous prétexte qu'elle est trop fatiguer. On panique donc durant toutes nos sorties en se demandant dans quel états elle sera quand nous rentrerons chez nous, et je ne le supportes plus. A cause de son alcoolisme mon frère et moi n'avons plus de vie. Il nous arrives souvent de refuser une invitation de peur de la laisser seule. Ou alors un de nous deux reste avec elle est sacrifie sa soirée. Ce n'est pas une vie, et j'ai besoin d'aide pour supporter cela et pouvoir arrivé à aider ma mère du mieux que je peux pour qu'elle s'en sorte.

Merci à tous ceux qui me répondrons et qui pourrons me venir en aide ou alors m'apporter un soutien. Car je suis ainsi que mon frère au bord de la crise de nerfs.

## 1 RÉPONSE

---

**Moderateur** - 19/05/2014 à 12h43

Bonjour Mélody,

Dans le message que vous avez laissé, ce qui frappe c'est comment et combien le problème d'alcoolisme de votre mère est par ricochet votre problème et celui de votre frère. Vous vous organisez tous les deux pour ne pas lâcher votre mère et ainsi la protéger des dégâts qui peuvent survenir lorsqu'elle est alcoolisée. Mais par conséquent vous vous interdisez, vous le dites très bien, de vivre normalement votre vie !

Sans "lâcher" votre mère, il y a sans doute d'autres manières de faire et de voir les choses. Des manières qui vous aideront à mieux gérer cette situation, à défaut de pouvoir la résoudre vous-même. Je vous recommanderais donc de prendre contact avec une association d'aide pour l'entourage des personnes alcooliques telle qu'Al-anon ou encore Alcool assistance qui ont des groupes de parole. Ce partage avec d'autres personnes dans votre situation vous aidera beaucoup, vous verrez. Pour trouver les réunions les plus proches de chez vous, rendez-vous sur les sites internet de ces associations. C'est gratuit et anonyme.

Vous pouvez aussi bénéficier d'un soutien individuel gratuit auprès d'un centre de soins, d'accompagnement et de prévention des addictions (csapa). Ces centres reçoivent bien volontiers l'entourage des personnes alcooliques, même s'ils ne connaissent pas la personne qui boit. Vous pourrez y faire état de vos difficultés et pourrez recevoir des conseils. Votre frère peut bien entendu faire la même démarche ou vous pouvez la faire ensemble. Notre rubrique "adresses utiles", dont vous trouvez l'accès dans la colonne de droite (l'onglet avec la carte de France), vous donnera les coordonnées du centre le plus proche.

N'hésitez pas, enfin, quand cela ne va pas, que vous en avez marre ou que votre mère est en crise, à nous appeler au 0 980 980 930 (8h-2h tous les jours). En parler fait du bien.

Bien cordialement,

le modérateur.

---