ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

QUE FAIRE?

Par Profil supprimé Postée le 18/04/2016 01:45

Bonsoir,
Encore une fois un mensonge. ... mensonge de plus que je ne peux plus suporter. Ma mère bois et m'a dit qu'elle avait arrêté après une tentative de suicide, l la la voilà reparti avec ces voeux démon et moi j'ai plus envi de me battre pour elle... ques que je peux faire ? Tout les jours je me dis que le téléphone va sonnet pour m'annoncer la pire des nouvelles....

Mise en ligne le 19/04/2016

Bonjour,

Lors d'une dépendance à l'alcool, la capacité à retrouver une modération ou une abstinence ne dépend pas de la volonté de la personne. La volonté est nécessaire mais ne suffit pas. L'alcoolisme reflète un "dysfonctionnement" émotionnel. La personne dépendante, ne parvient pas à gérer ses émotions ou angoisses. L'alcool devient alors un réflexe incontrôlé qui offre un apaisement dans l'instant de sa consommation. Mais perdre le contrôle face à une consommation et se mettre dans des états seconds entraîne une souffrance et une perte d'estime de soi.

Si votre mère vous a dit à plusieurs reprises qu'elle allait arrêter, sans doute y croyait-elle et le désirait-elle réellement.

Nous comprenons votre désarroi et votre colère. Voir un proche se détruire dans une addiction est désarmant et source de souffrance. Vous avez sans doute déployé beaucoup d'énergie pour supporter la situation ou pour l'aider. Voir que votre soutien n'amène pas les résultats attendus peut vous épuiser. La difficulté que vous rencontrez est liée au fait que la capacité de votre mère à guérir de son addiction ne dépend pas de vous et que vous êtes en quelque sorte impuissante à faire sortir votre mère de sa dépendance.

La situation que vous vivez est très lourde. Nous sommes tentés de vous conseiller de trouver un soutien extérieur à la famille. Sachez qu'il existe des consultations de soutien aux proches de personnes dépendantes proposés dans les centres de soins en addictologie (CSAPA ou ANPAA). Vous aurez la possibilité de consulter gratuitement une psychologue afin de trouver un soutien et de pouvoir discuter de la relation avec votre mère et trouver le positionnement le mieux adapté pour vous deux. Un travailleur social pourrait également vous recevoir pour discuter avec vous des démarches qui pourraient s'adapter à la situation de votre mère et qui pourrait lui permettre de trouver une forme d'encadrement.

Ces mêmes centres proposent des consultations aux personnes dépendantes. Dans ce cas il est possible de bénéficier d'un accompagnement médical, psychologique et social. Les consultations sont gratuites et anonymes. Vous pourrez en parler à votre mère mais sans chercher à la convaincre de s'y rendre. Cette attente instaurerait encore une pression inutile pour vous et votre mère.

Vous pourrez trouver des adresses de ces centres dans notre rubrique "adresses utiles".

Vous avez également la possibilité d'approfondir cette question ou d'être conseillée sur les orientations en appelant nos écoutants au 0980 980 930, joignables 7j/7j de 8h à 2h. L'appel est non surtaxé et anonyme.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service