

MÈRE ALCOOLIQUE. URGENT SVP.

Par Profil supprimé Postée le 23/05/2017 21:38

Bonsoir,

Ma mère est alcoolique depuis environs 15 ans maintenant. Je ne sais pas quoi faire car elle est toujours dans le déni ce qui mène très souvent à des conflits à la maison. Elle boit parfois même très tôt le matin.

Il y a 3 ans elle s'est faite expulsée de chez elle et vit maintenant chez moi. J'ai 25 ans et elle "m'empêche" de sortir, est très possessive et me rabaisse assez souvent. Je fait des crises de panique assez fréquemment et je suis a bout psychologiquement, je ne dors presque plus la nuit pour vérifier si elle respire encore.

Depuis 2 ans apparemment, elle aurait - je dit bien aurait, car elle a tendance a mentir et a exagérer les choses donc je ne sais jamais si je doit la croire - un début d'anévrisme. Elle est donc en plus sous médicaments.

Il y a 3 mois, elle s'est ensuite fait licenciée et me l'a caché pendant 1 mois... Depuis, elle ne fait rien de la journée et tous les soirs, quand je rentre du travail, elle est ivre.

Elle se fait aussi souvent aggraver dans la rue (vol de sac, violence etc)

La situation empire de jours en jours et je ne peux plus la gérer. Je ne sais vraiment pas quoi faire... Je m'inquiète vraiment pour elle et je veux l'aider car j'ai vraiment l'impression que si elle continue, il sera trop tard. Mais a chaque fois que je lui en parle, ou que je lui conseille juste d'aller voir un psychologue, elle se braque.

Pouvez-vous m'aider s'il vous plaît? Je vous remercie par avance....

Mise en ligne le 29/05/2017

Bonjour,

Vous êtes dans une situation très difficile à gérer et cela depuis bien longtemps. Vous en souffrez beaucoup car vous vous sentez impuissante et subissez le mal être et la violence verbale de votre mère. Il est temps de vous protéger pour ne pas vous épuiser à essayer de trouver des solutions alors que votre mère ne réalise pas qu'elle a un problème et qu'elle n'est pas prête à se soigner. C'est une démarche avant tout personnelle et volontaire.

Vous l'éprouvez assez pour le savoir, la consommation d'alcool dans l'excès est destructrice et peut entraîner des troubles du comportement allant jusqu'à des actes de violence. Cela explique sans doute les débordements de votre mère. Cela les explique mais vous n'avez pas à les subir.

Prendre conscience que l'on peut avoir un problème avec l'alcool n'est pas toujours simple et parfois cela peut prendre du temps. Le dialogue reste le meilleur outil dans cette situation.

Pour l'aider à prendre conscience qu'elle doit remettre en question sa consommation nous vous conseillons d'aborder le sujet sous l'angle, plus général, de sa santé, de lui parler de vos inquiétudes. La question est de savoir quelles sont les raisons qui la poussent à s'enivrer (souffrances, stress, mal-être etc...) et comment y répondre.

Choisissez un moment favorable, quand elle vous semble disponible, calme. Elle ne doit pas être sous l'emprise de l'alcool. Engagez le dialogue de manière bienveillante sans juger sa consommation. L'objectif est d'éviter qu'elle se sente jugée ou incomprise et se replie sur elle même.

Peut-être disposez vous d'autres personnes qui pourraient vous aider, des personnes de la famille, des amis, des gens qu'elle écoute. Votre mère ne pourra en effet essayer de se soigner que si elle parvient à prendre conscience de son rapport à l'alcool et des conséquences que cela entraîne.

En attendant et quoiqu'il en soit, il est important que vous ne vous sentiez pas seule avec ça. Ce que vous vivez est lourd à porter seule et il est important que vous trouviez des conseils et du soutien pour vous protéger.

Nous vous suggérons de vous rendre dans un centre d'alcoologie pour rencontrer des professionnels qui ont pour habitude de travailler avec l'entourage. Ils pourront vous conseiller et vous aider sur la manière la mieux appropriée pour appréhender cette situation difficile dans laquelle vous vous trouvez depuis longtemps. Vous pourrez aborder des pistes éventuelles pour aider au mieux votre mère, mais aussi peut-être pour commencer à vous occuper de vous, à prendre un peu de recul. Les consultations y sont confidentielles et gratuites. N'hésitez pas à les contacter. Vous trouverez une adresse en bas de page.

Pour d'autres informations ou si les orientations ne convenaient pas, ou tout simplement pour parler un peu avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel non surtaxé, anonyme, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Prenez soin de vous.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

INSTITUT MÉDICAL SPÉCIALISÉ (IMS) MONTÉVIDÉO

1 rue de l'Est
92140 BOULOGNE BILLANCOURT

Tél : 01 41 22 98 88

Site web : www.clinea.fr/institut-medical-specialise-montevideo/prise-e

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00

COVID -19 : Pour toute hospitalisation : Pass Vaccinal et PCR moins de 48 heures.

[Voir la fiche détaillée](#)

CSAPA OPPELIA - LE TRAIT D'UNION

4 rue Neuve Saint Germain
92100 BOULOGNE BILLANCOURT

Tél : 01 41 41 98 01

Site web : www.oppelia.fr

Accueil du public : Du lundi au vendredi de de 10h à 13h00 et de 14h à 18h00

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes à partir de 12 ans avec ou sans entourage - Prise en charge des addictions aux écrans à partir de 8-9 ans avec la présence de l'entourage.

COVID -19 : Accueil avec respect des gestes barrières.

[Voir la fiche détaillée](#)

SERVICE D'ADDICTOLOGIE

4 parvis Corentin Celton
Hôpital Corentin-Celton - Bâtiment Berthaux
92133 ISSY LES MOULINEAUX

Tél : 01 58 00 41 09

Site web : hopital-corentincelton.aphp.fr

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h00 à 17H00, sur rendez-vous.

COVID -19 : Accueil des patients en consultations externes sur rendez-vous - Pour une hospitalisation : Pass vaccinal ou test PCR moins de 48h

[Voir la fiche détaillée](#)

EQUIPE DE LIAISON ET DE SOINS EN ADDICTOLOGIE (ELSA)

403, avenue de la République
Hôpital Max Fourestier
92014 NANTERRE

Tél : 01 47 69 67 29

Site web : www.cash-nanterre.fr

Accueil du public : Consultations externe sur rendez-vous du lundi au jeudi

[Voir la fiche détaillée](#)