

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

ETRE À BOUT

Par **Profil supprimé** Posté le 22/07/2017 à 13h25

Bonjour,

J'ai 22 ans et je souffre de l'alcoolémie de ma mère... J'ai essayé pleins de fois de lui parler mais aujourd'hui je suis à bout et je ne peux que me mettre en colère et pleurer ... J'en fais des crises de spasmodiques et je suis au bord du suicide. De son côté elle a déjà fait deux tentatives dont une qui lui a valu un séjour en psychiatrie. J'ai fait l'erreur de la sortir de là en pensant que je pourrais la sauver ... Mais aujourd'hui c'est moi qui ai besoin d'être sauvé ...

1 RÉPONSE

Moderateur - 24/07/2017 à 11h03

Bonjour Hope,

Lorsqu'on est à bout comme vous l'êtes il faut lâcher prise, prendre de la distance et se faire aider. Vous ne résoudrez pas le problème de votre mère et vous avez besoin d'aller mieux.

Le problème d'alcool est son problème, dont elle pourra se sortir un jour si elle en prend conscience, a envie de s'en sortir et accepte de se faire aider. Cela peut arriver demain ou bien plus tard mais c'est possible à tout âge et dans tous les cas il y aura un bénéfice.

Vous pouvez, en tant que proche, être aidée et soutenue. Vous pouvez l'être par les professionnels d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa). C'est gratuit et cela vous soulagera déjà beaucoup. Vous pouvez l'être aussi via les groupes de parole de l'association "Al-Anon" qui se consacre uniquement aux proches des personnes alcooliques. Vous y verrez que vous n'êtes pas seule et vous apprendrez à vous libérer de l'emprise qu'a l'alcoolisme de votre mère sur votre vie.

Pour trouver le Csapa le plus proche de chez vous vous pouvez appeler notre ligne d'écoute (0 980 980 930) ou utiliser notre rubrique "Adresses utiles" : <http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>

Vous trouverez des informations sur les groupes Al-Anon sur le site de l'association : <http://al-anon-alateen.fr/>

Cordialement,

le modérateur.
