

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### JE CROIS QUE MA MÈRE EST ALCOOLIQUE

---

Par [Pellicou89](#) Posté le 14/07/2021 à 22h17

Bonjour,

J'aurais besoin de connaître votre avis car je crois que ma mère est alcoolique.

Depuis quelques années, le comportement de ma mère a complètement changé. Elle est devenue de plus en plus agressive, énervée contre tout le monde, jalouse de la vie de certains proches de notre famille, à de moins de moins d'amis, et passe par des phases de dépression où elle n'a plus envie de rien, ou rien de lui fait envie, à part regarder la télé toute la journée.

Elle me parle aussi tout le temps des mêmes choses, de situations qu'elle a vécu il y a des années et qu'elle n'arrive toujours pas à digérer, elle est constamment insatisfaite et passe son temps à acheter des vêtements sur internet.

Mais surtout, des fois, et de plus en plus fréquemment, je la trouve bizarre. Elle n'arrive plus à tenir une conversation, elle cherche ses mots, ce qu'elle dit n'a aucun sens, elle part de grands moments dans une autre pièce de la maison, elle s'isole et quand elle revient elle nous regarde bêtement, un peu comme un enfant cherchant à dissimuler quelque chose. Des fois, elle rigole aussi bêtement, pour rien, sans que la situation ne prête à rire. C'est très gênant parce que souvent, elle a ce comportement quand on est en repas de famille.

Et la dernière chose qui m'a mis la puce à l'oreille c'est qu'à chaque fois qu'elle a eu ce comportement lorsqu'on était en repas de famille par exemple, quand on reparle de la journée quelques jours plus tard, elle ne se souvient de rien ! Comme si elle n'avait pas été présente !

Je m'inquiète vraiment et j'avais aussi que je suis en colère contre elle et que j'ai un peu honte. Et surtout je ne sais pas quoi faire. J'ai déjà essayé d'en parler à ma sœur mais elle fait comme si elle ne voyait rien. Et mon père je n'ose pas lui en parler parce qu'il a beaucoup de mal à parler de ses sentiments. Ma mère je sais que si je lui en parle elle va nier et s'énerver.

Mais que faire ?  
Mes doutes sont-ils justifiés ?

Merci pour votre retour.

## 1 RÉPONSE

---

[Pseudoanonyme](#) - 26/07/2021 à 23h25

Bonjour,

Je tiens à préciser que je ne suis pas un expert, et que je vais seulement parler de mon expérience. Je ne sais pas si cela pourra t'aider ou non.

La 1ère partie est une sorte de "témoignage" et la 2ème partie sont "mes conseils"

-----  
J'ai 30 ans, et ma mère a toujours été alcoolique. Honnêtement ça a gâché ma vie et ça continue de la gâcher. Ma mère a toujours été célibataire et m'a élevé seule. Je n'ai jamais manqué de rien et je n'ai jamais été abusé violemment. Vers mes 7/8 ans de nombreux décès on fait volé en éclat ma proche famille et on c'est retrouvé isolé. Je pense que c'est à partir de cette époque que le "petit verre de vin" au diner c'est transformer en "bouteille" + en "apéritif" avant le diner.

Je pense que je me suis rendu compte du problème vers mes 14/15 ans même si je n'arrivais toujours à poser un nom sur le problème. Il y avait les remarques désobligeantes, de comportements similaires à ce que tu décris et certains incidents assez grave qui me faisaient tilter, mais pour moi ça restait des événements exceptionnels que j'essayais d'oublier. Et oui j'avais honte.

Certains repas avec des amis ou au restaurants, ainsi que 2 autres événements que je ne préfère pas mentionner ont été vraiment traumatiques pour moi.

Mes résultats scolaires ont chuté, ma vie sociales c'est dégradée ainsi que ma relation avec ma mère ce qui a conduit à de nombreux voyage chez des psy pour fixer mon problème de comportement et je suis tombé en dépression qui n'est toujours pas guérie.

En résumé, je pense que l'alcoolisme de ma mère a été une des principale cause du ratage lamentable de mon adolescence et de ma vie de jeune adulte.

Ce n'est que vers mes 25 ans que j'ai réussi à nommer le problème de ma mère.

Sa 1ère réaction a été le déni. J'ai essayé d'en parler à ces amis où même à son psy. Ce qui en est ressorti c'est que j'étais le problème parce qu'elle s'inquiétait pour moi, ou que "c'est pas grave elle est grande" et une brochettes d'excuses pathétiques.

J'étais seul.

Et pourtant oui il y avait des signes. Vider des bouteilles de pastis avant de manger puis vider la bouteille de vin pendant le repas, vomir toute la nuit, être incohérente dans ces propos, les pertes de mémoire et l'incontinence. (Parce que oui c'est "cool" de boire mais puis la personne vieillit plus les effets sur le corps et le cerveau s'aggrave avec le temps).

Ce qui a fait prendre conscience à ma mère de son alcoolisme et quand elle a décidé de se faire soigner c'est quand elle c'est faite arrêter par les flics en conduite en état d'ivresse en vacances et qu'ils lui ont retiré son permis. A ce moment là l'alcool était le problème.

Ca a été long les premiers addictologues et psy qu'elle a vu ne servaient à rien. On pouvait parler du problème mais il ne s'améliorait pas. Ce n'est que 6 mois avant le 1er confinement qu'elle a rencontré une psy et une addictologue qui l'ont aidé et pendant 6 mois elle a complètement arrêté de boire. J'avais décidé de passer le confinement avec elle pour l'aider mais avec soulagement tout c'est très bien passé.

Malheureusement vers le deuxième confinement elle a recommencé à boire. Ca c'est fait graduellement. Ca a commencé avec un verre toute les 2 semaines, puis un verre toutes les semaines puis plusieurs par semaine jusqu'à 1/2 bouteille par jours.

Heureusement nous sommes capable d'en parler ouvertement et nous pouvons identifier le problème. A l'heure actuelle elle bois, mais bcp moins, il y a des semaines où c'est 1/4 de bouteille par soir et d'autre où c'est un verre par semaine. (Et même si même pour elle 1 verre c'est déjà trop, j'essaye de l'accompagner et de l'aider. J'essaye d'être plus détendu et moins agressif envers l'alcool même si c'est difficile et que j'ai toujours du ressenti pour elle).

-----

Je ne sais pas quel âge tu as et je ne sais pas si je peux vraiment te donner des conseils. Mais je vais essayer.

Quand j'ai cherché de l'aide on m'a envoyé chier (même les centre d'aide pour alcoolique) parce que ce n'était pas MON problème.

Les sentiment de colère et de honte je connais et je peux compatir avec toi parce que ce n'est pas facile, surtout quand on se sent seul.

Vider les bouteilles d'alcool en secret ne sert à rien, ça va juste l'énerver et foutre une ambiance de merde.

Tu as des proches autour de toi, ta sœur et ton père, et même s'ils font l'autruche force et parlent en avec eux et fait toi entendre! Ils peuvent et ils doivent t'aider! Tu n'as pas à vivre ca seul et à détruire ta vie. Met les devant le fait accompli et dit leur clairement que ta mère est alcoolique et que tu as besoin de leur aide autant qu'elle.

En revanche, et c'est là où je ne sais pas trop quoi te dire, je ne sais pas comment aborder le sujet avec ta mère, si il faut être honnête avec elle ou ne pas la brusquer. Si tu veux la confronter, ne soit pas seul, je pense qu'il faut le soutien de ton père et de ta sœur pour le faire. Les personnes alcooliques, même si elles sont malades, sont très égoïstes et drainent l'énergie et la joie de vivre de leurs proches. Ta mère a besoin de prendre conscience de son problème, mais il faut le faire sans jugement, (je sais c'est dur). Elle a besoin d'aide extérieur, un psy ou un addictologue, quelqu'un d'extérieur au cercle familial pour l'aider. Si elle est encore jeune il y a moyen de l'aider et de se débarrasser de ce problème.

C'est un effort collectif, si elle te demande d'aller acheter de l'alcool dit lui non. Essaie de ne pas boire en sa présence. Il faut la distraire en parlant/jouant avec elle. Si il y a certain horaires, comme par exemple avant les repas ou pendant durant lesquels elle bois pour passer le temps essaye de la distraire.

C'est fatiguant c'est sur mais il faut que ta famille et toi lui fassiez comprendre qu'elle fou vos vie en l'air et que même si elle est malade et que vous l'aimez, son comportement égoïste vous détruit tous et qu'elle a besoin d'aide et que vous serez là pour l'accompagner!

Je ne sais pas si je t'ai aidé ou répondu à tes interrogations. Mais si je pouvais vraiment te donner 1 seul conseil, c'est fait toi aidé de ton père et de ta sœur, sinon ça va te rendre malade et tu auras du ressentiment pour ta mère et je ne pense pas que c'est ce que tu veux. Si tu n'arrive pas à communiquer verbalement, essaye peut être de communiquer par lettre avec ta famille ou par un moyen avec lequel tu te sens confortable. Et soit honnête. Dit ce que tu ressens et ne lâche pas l'affaire. Insiste!

Bon courage! Ne te détruit pas l'esprit et la santé à propos de ça. Et peut être que les conseiller de ce site peuvent t'aider. Tu n'a rien à perdre en les appelant.

(Si tu as besoin de te défouler en racontant ce qui se passe, j'ai coché les notification pour ce fil de discussion).

Courage et dsl d'avoir écrit un pavé!

-----