

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### MA MÈRE BOIT

---

Par [davdav](#) Posté le 05/05/2023 à 15h45

Fils unique dans un cocon familial particulier, je me rends compte très tard que ma maman a des problèmes d'alcool. J'ai 23 ans, elle en a 58, mon père est absent.

Oui, il y a un background, des violences, des événements subis traumatisants dans sa vie passé, avant ma naissance. Je me souviens avoir découvert déjà il y a 6-7 ans, alors au lycée, au moment de découvrir moi-même les soirées, la consommation excessive de ma mère. Mais je suis parti tôt de la maison, dès 15 ans à l'internat, puis en études supérieures loin de la maison. Aujourd'hui lorsque je rentre à la maison, je retrouve des bouteilles cachées dans les placards, dans la chambre, dans la salle de bain, dans le jardin. Elle se cache, elle a honte de mon regard, peur de mes réflexions, veut peut-être me protéger de tout ça. Impossible d'engager une vraie discussion avec elle, dans le déni, ne voit pas le problème, sans compter qu'à partir d'une certaine heure en fin de journée elle est tout simplement saoul. Impossible de mesurer la quantité, mais peu importe. Les conséquences immédiates : des sauts d'humeurs, des difficultés de concentration, d'organisation. Sur le long terme, en comparant simplement des photos (certes les gens vieillissent mais quand même) : prise de poids importante, dégradation des cercles familiaux et sociaux, isolement, teint de visage rougeâtre,... Rajoutons à cela la dépendance à la cigarette, à coup d'un paquet tous les 2 jours. Tout cela a des conséquences aussi économiques.

En tant que fils unique, la seule personne qui compte finalement pour ma maman, je suis esseulé et je ne sais comment réagir. Cela me fait juste trop de peine. Engager la discussion avec elle, verbaliser ses problèmes d'alcool, c'est tout de suite stigmatisant, elle se braque. Ne voit pas le problème. C'est même moi le problème car je la prive de ce qu'elle veut. Je ne sais plus comment agir, je prends beaucoup de responsabilité et de charges. C'est très pesant de revenir à la maison se confronter à ces problèmes, ça empiète bien entendu sur ma vie à moi, mes projets perso.

Si des personnes savent, ont eu des expériences similaires, je veux bien qu'on me conseil. Pour ne pas rester seul. Comment aborder le sujet ? Comment se faire entendre ? Vers quel organisme me tourner ?

Merci par avance.

## 2 RÉPONSES

---

[AI191](#) - 06/05/2023 à 07h45

Bonjour Davdav

L'alcool pour sortir de la monotonie de la vie !! Beaucoup de gens s'arrachent la tête le soir pour cette raison.

Si ta mère est dans le déni, je pense que tu pourrais discrètement la filmer quand elle est saoule et lui remonter la vidéo quand elle est à jeun.

Beaucoup de gens dans l'entourage de la personne qui consomme parlent de l'inconnu. La personne (ta maman) devenant une autre (une inconnue) quand elle a consommé de l'alcool. Et franchement, il y a mieux comme inconnue que quelqu'un qui est ivre, qui raconte des conneries, se répète, perd pied.

A 23 ans, on a envie de partager avec ses parents, d'échanger des expériences, de confronter nos idées entre adultes. Son état d'ivresse rend malheureusement impossible ces échanges.

Alors, si tu en as la force, écris le lui dans une lettre pour lui expliquer ce que tu ressens et pourquoi ça te fait mal de la voir dans cet état. Les mots restent et font leur chemin dans nos têtes.

Il faut qu'elle prenne conscience de son problème et qu'elle réagisse de manière volontaire. Ça a été mon cas. Mon fils de 21 ans m'a écrit un long mail dans lequel il m'a expliqué qu'il s'était éloigné de moi car je devenais un inconnu pour lui. Nous avions une grande complicité quand il était petit. J'ai eu beaucoup de mal à lire le courrier d'un seul trait mais ça a été une raison d'arrêter de consommer. Ça fait 2 semaines que j'ai stoppé toute consommation. Je suis allé voir mon médecin traitant qui m'a prescrit un traitement de sevrage médicamenteux que je respecte scrupuleusement (à part le seresta qui me cassait)

Ça fait 10 jours que mon fils est revenu manger à table avec nous.

Tous les soirs, il scrute mes yeux de crainte que je mente et que je sois retombé. Et tous les soirs, je vois un rayon de soleil dans les siens quand il comprend que je tiens le coup et que je suis honnête avec moi même.

En te lisant, je crois comprendre que tu passes chez ta mère ? Ce sera donc compliqué pour elle de tenir si elle n'a pas réellement envie d'arrêter de boire.

Il a un moyen de combattre cette maladie quand on est seul.

Le sevrage en milieu fermé dans un centre spécialisé. Tu restes dans un centre plusieurs semaines, entouré de professionnels et de patients.

Le programme allie sevrage mais aussi des rendez-vous avec des psychologues pour qu'elle accepte son passé et des méthodes pour ne pas retomber ou pour remettre le pied à l'étrier quand on fait une rechute.

Je sais que les délais pour être admis dans ces structures sont horriblement longs mais cela vaut peut-être le coup.

Je m'étais déjà renseigné. Les patients restent 6 semaines en cure et tu peux aussi faire une post cure de 3 mois par la suite.

C'est un lourd fardeau sur tes épaules. Tu as la vie devant toi et ce frein t'empêche effectivement de réaliser tes projets.

N'hésite pas à contacter le site pour avoir des infos sur des adresses de centres.  
Et de revenir sur le forum si tu as besoin qu'on aide à comprendre cette maladie  
Courage à toi et bravo pour ce que tu fais pour elle

---

**Hello\_Elo - 27/05/2023 à 19h18**

Bonjour Davdav,

Je me reconnais énormément dans ton témoignage. Je suis dans une situation similaire avec mon père. Depuis le divorce de mes parents il y a plus de 15 ans sa vie est devenue instable avec pas mal de galères professionnelles et financières, relations instables etc. Il a également eu une enfance assez compliquée, issu d'une famille de 9 enfants, il a perdu son père jeune et a dû se sacrifier pour faire tourner la ferme familiale alors que ses frères et sœurs étaient tous partis.

Pour ma part j'ai 34 ans, je ne vis pas à côté donc au final je passe assez peu de temps avec lui mais j'ai déjà remarqué il y a de nombreuses années qu'il y avait pas mal de bouteilles d'alcool vides quand je venais. Pas grand chose en soit donc j'ai mis du temps à me rendre compte qu'il y avait un vrai soucis. Depuis qu'il est à la retraite tout a empiré. Il a traversé une période financièrement très compliquée, a dû nous demander de l'aide à moi et à mon frère, quitter son logement et l'a évidemment très mal vécu. Depuis les coups de fils alcoolisés se sont multipliés et je me suis rendu à l'évidence qu'il y avait un vrai soucis d'alcoolisme. Sa situation financière s'est depuis améliorée mais reste assez précaire, il n'a toujours pas de logement fixe et enchaîne les logements temporaires ce qui l'angoisse beaucoup.

La consommation d'alcool est devenue quotidienne, je n'ose plus l'appeler au delà du début d'après-midi. Aujourd'hui je l'ai appelé vers 16h et il n'était déjà plus tout à fait lui-même, étant au début cohérent puis partant dans une spirale négative à ressasser du négatif et évoquant même de se tirer une balle dans la tête... Je suis désemparée dans ces moments là, toute contradiction avec ce qu'il dit va le braquer donc j'écoute juste et il finit par pratiquement me raccrocher au nez... Mon conjoint me reproche de ne rien dire mais j'ai trop peur de le braquer et que ce soit encore pire.

Je n'ai jamais parlé directement de son alcoolisme avec mon père. J'ai déjà fais des allusions, dis qu'il buvait beaucoup, il me répond que ce n'est pas facile d'être seul et qu'il a beaucoup de problèmes... Cette forte consommation d'alcool + cigarette n'arrange évidemment pas les soucis financiers et sa santé se dégrade énormément (perte de dents, hanche foutue et refus de se faire soigner car soi-disant pas le temps...). Je pense que la solitude le pèse (il a une amie qu'il voit régulièrement mais ils se disputent régulièrement et coupent tout contact pendant plusieurs semaines avant de reprendre, etc, etc...), il semble en tous cas beaucoup mieux dans sa tête quand il est avec elle.

Je ne sais pas quoi faire, je suis la seule personne qui semble se soucier de lui (mon frère suit tout ça de loin, je pense que c'est une manière de se protéger). Plusieurs personnes m'ont déjà pris à part pour me dire que « mon père a un problème », comme si je devais trouver la solution. Tout ceci pèse très lourd sur mes épaules et me provoque des crises d'angoisse. Je me sens très seule face à la situation.

Je suis désolée pour le roman, je pense que j'ai besoin d'évacuer ! En tous cas davdav tu n'es pas seul, je n'ai malheureusement pas de conseil à t'apporter mais j'espère que nous trouverons tous 2 du soutien et des conseils ici, et possiblement une issue pour nos parents ! Al191, j'ai déjà pensé en effet à écrire une lettre mais j'angoisse beaucoup à l'idée qu'il lise cela seul et ait une mauvaise réaction. Mais à côté de ça je ne pense pas avoir la force de lui dire en personne.

Merci pour vos témoignages en tous cas !

---