

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### MA MÈRE EST ALCOOLIQUE

---

Par **Profil supprimé** Posté le 21/02/2015 à 20h47

Bonjour,  
J'ai 14ans et ma mère bois depuis que ma grande soeur à 12-13 ans, maintenant elle est parti (elle a déménager).  
Je suis seul chez moi avec mon père et ma mère, quand elle et dans cette état j'ai peur, peur que se que elle disent elle le pense, peur que mes parents se sépare que je doivent aller habiter chez mon père et la laisser seul. Elle dit des choses méchante, mais j'essai de me rassurer de me dire que sait pas elle qui parle mais se quelle boit. Quand elle est dans cette état la je reste à l'écart j'écoute de la musique je joue je reste avec ma chienne je fais tout pour pas les entendres se disputer. Mon père veut ou essai de tout régler tout seul. Le pire dans tout sa, sais que j'ai l'impression de m'écarter de ma famille elle se dispute avec sa soeur et son frère j'ai l'impression de m'écarter d'eux , d'avoir comme une fail qui me sépare d'eux... Sa vous arrive ? 😞  
J'ai l'ipression aussi que quand je vais en cours tout le monde le sais comme si c'était marquer sur mon front...  
Je le dit à personne au collègue comme un secret mais un secret de plus en plus lourd à garder, ses pour sa que je le dit ici pour que des personne puisse m'aider. Je me dit que si je le a mes amis on m'écarte...  
J'en ai marre et peur de sont état ! Quand je parle avec elle le lendemain, elle me dit que c'est faut ou que c'était le quart d'un verre, mais je sais que s'est faut. Je vois les bouteilles qui se vide très vite.  
Comme part exemple avant-hier elle était parti acheter une bouteille quand j'ai entendu la voiture arriver je me suis assise dans les escaliers je les vue sortir la bouteille du sac, et a se moment la je les appelle elle et parti dans la cuisine comme si elle m'entender pas, elle a mis la bouteille dans un plède sur le chaise est ses assise dessus. Je lui est demander quelque chose et en même t'en je suis aller chercher qu'elle que chose dans la cuisine, je voyais la bouteille et quand je suis remanter je lui est dit " attention la bouteille risque de tomber", elle a fait comme si j'exister pas et ma laisser monter en haut. Je me demande si j'ai bien fait de lui dire si se n'était pas bête de ma part. A des moments je vudrai lui se que je pense TOUT, mes non je me tais et je la laisse me crier dessus ou je la laisse me critiquer. Elle me dit souvant que je suis pas indépendante ou que je peux rien faire seule, je voudrai lui répondre que je suis plus indépente que elle le crois que je me débrouille seule quand elle et dans cette état, lui dire que si je suis pas aussi forte quel voudrai c'est qui a des raisons non ? L'entendre me critique sa me décourage et je continue comme je peux à l'école. Peut-être que des profs je vois que je suis a côtés de la plaque je pense souvent a sa, mais je me dit que le plus vite je pourrais plus vite je pourrais partir de la maison.  
Si vous pouver m'aider s'il vous plaît réponder moi et conseiller moi ....  
Merci en avance et désoler pour les fautes d'ortographe

### 32 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 23/02/2015 à 16h22**

Bonjour Kira,

Tu as raison de ne pas écouter tout ce que ta mère te dit, le fait qu'elle te rabaisse et qu'elle crie, car en effet ce n'est pas elle qui parle mais l'alcool.

Tu peux pas garder ce fardeau pour toi c'est beaucoup trop lourd pour tes épaules d'écolière, tu dois penser a toi et a ta scolarité, c'est au parent de proteger ses enfant et non au enfant de protéger ses parent.

Prend rdv dans un CSAPA pour avoir de l'aide de medecin et de psychologue car il faut que tu te fasse suivre pour ton équilibre psychologie. C'est gratuit, tu peux y aller seul ou accompagné de ton père.

Tu peux demander également de l'aide auprès d'une assistante sociale aussi.

Est-ce que tu crois qu'il est possible d'en parler a ton prof principale, pour te soulager un peu car si tes note en patissent, tes profs ont besoin de savoir que ca ne vient pas de toi (d'une mauvaise volonter) mais de ton environnement familiale.

Tu peux aussi apeller sur ce site les gens sont gentils

Voilà quelques piste ma grande

tiens moi au courant

bises

---

**Profil supprimé - 24/02/2015 à 12h32**

Salut Kirra! Clochette a tout a fait raison, il ne faut pas écouter et prendre à la lettre tout ce que ta mère te dis lorsqu'elle est sous l'emprise de l'alcool. Ses propos dépassent sa pensée et crois moi, elle n'en pense rien une fois sobre. Demander l'aide d'une personne

extérieure est en effet l'une des solutions à envisager, pour toi et ta mère. Tu reste une jeune fille qui a besoin de s'épanouir et de vivre comme toutes les autres, alors n'hésite pas à en parler, tu en a besoin...

---

#### Profil supprimé - 24/02/2015 à 12h46

Bonjour clochette,

Déjà merci de me conseiller 😊

Je ne crois pas que je pourrais en parler avec ma prof principale, elle ne m'aime pas trop..

L'année dernier ma prof de physique chimie l'avais remarquer elle voulais en parler avec ma prof principale et le soir quand j'étais rentrée chez moi mon père n'avez pas voulu que le collègue soit au courant. J'ai ma meilleure amie qui le sais mais personne d'autre.

Ma mère c'était fais suivre quand j'avais 9-10ans, mais maintenant elle veut plus 😞

Je demanderais à mon père pour la CSAPA, peut être que sa pourras m'aider.

Merci et peut être à bientôt !



Et encore dsl pou les fautes....

---

#### Profil supprimé - 24/02/2015 à 17h31

salut kirra

sache que pour le csapa, si ton père est pas d'accord tu peux y aller toi quand même pour voir quelqu'un, ton père ne peux pas te refuser une aide pour toi si tu en as besoin. au quel cas va voir une assistante sociale.

Pour ta prof je comprend, tu as une amie qui est au courant c'est déjà ça au moins c'est une personne ressource pour toi, même si il serait bon pour toi d'avoir un professionnel de santé.

tiens moi au courant pour la réponse de ton père

bises

t'inquiète pour les fautes je suis nul en Français la honte !

---

#### Profil supprimé - 25/02/2015 à 11h51

Salut!

J'ai demander à mon père pour le csapa, il ne s'avait pas se que s'était. Il ma demander doue je sortais se mot, je lui est donc expliquer que j'avais poster un commentaire sur ce forum, et je lui est lu les discussions. Il à dit que c'était possible, mais qu'il faudra trouver ou sa ce fait, sans que ma mère soit au courant, se qui sera dur vue qu'elle fouil. (je ne sais pas comment on écrit ce mot).

Merci et à bientôt

---

#### Moderateur - 25/02/2015 à 12h15

Bonjour Kirra,

Alcool info service maintient la liste nationale de tous les Csapa et la met à votre disposition dans la rubrique "Adresses utiles" de ce site. Regardez en haut dans la colonne de droite de cette page : cliquez sur la carte de France. Ca y est vous y êtes ! Il vous suffit d'entrer votre département ou votre ville pour trouver le Csapa le plus proche de chez vous.

Allez-y avec votre père, vous y recevrez une aide et des conseils utiles. C'est sur rendez-vous donc il faut appeler avant.

Je pense qu'il faut au contraire que votre mère soit au courant de votre démarche à tous les deux, même si elle n'est pas d'accord. Le fait de la mettre au courant met fin aux "petits secrets" qui l'arrangent et l'aident à boire. Le fait aussi de faire cette démarche lui montre bien que vous-même et votre père souffrez de cette situation. C'est une manière de le lui faire comprendre et de l'inciter à bouger, à arrêter de nier. Dans ces Csapa, avoir un proche alcoolique n'est pas une "honte". Vous ne serez pas jugée et tout est confidentiel. Alors allez-y sans crainte : c'est une bonne démarche.

Cordialement,

le modérateur.

---

#### Profil supprimé - 25/02/2015 à 12h31

bonjour,

J'en parlerais avec mon père qui lui verra avec sa décion de lui en parler ou pas. Moi j'ai trop peur de parler de ça avec elle. Je lui dirais ce soir quand il rentrera.

J'ai une question: si je trouve des bouteilles je les prend ou je l'ai laisse?

(j'ai trouver 2 bouteilles vide et 1 ou il reste 2-3cm).

Merci

---

#### Moderateur - 25/02/2015 à 15h35

Bonjour,

Vous les prenez... pour les mettre sur la table de la cuisine bien en évidence. C'est une façon de lui dire "pas la peine de te cacher, je sais que tu bois". Cela rend aussi visuel les quantités qu'elle boit. Inutile de vider les bouteilles pleines : une personne alcoolique a besoin de boire et l'en empêcher ne peut que stimuler son agressivité voire peut être dangereux pour sa santé. Tant qu'elle n'a pas décidé d'arrêter il faut qu'elle ait de l'alcool à disposition. En revanche, le jour où elle arrête, il sera sage si possible d'enlever toutes les bouteilles de la maison.

Cordialement,

le modérateur.

---

#### **Profil supprimé - 25/02/2015 à 20h34**

Salut,

Après avoir lu votre réponse j'ai fais se que vous m'avez dit (mettre les bouteilles sur la table), fin je viens de le faire y a 5-10min.

Quand ma mère et sorti fumée je suis aller chercher les bouteilles que j'avais vue (la bouteille ou il rester 2-3cm a été fini), je l'ai est mis sur la table, et je suis vite monter dans ma chambre (me suis assise dans les escalier), pour pas être la quand elle les verras.

Elle est passer et les a ignorer, quand je les vue arriver vers les escaliers je suis aller dans ma chambre. Elle a ouvert la porte et ma dit "bonne nuit".

Les bouteille sont toujours en bas et mon père et la se qui me rassure!

merci et désoler pour les faute (encore) =)

---

#### **Profil supprimé - 26/02/2015 à 10h16**

Bonjour Kirra,

Je te trouve très courageuse pour ton âge, ta maman a bien de la chance de t'avoir. Comme a pu le dire Clochette, alainp, ta maman ne pense pas ce qu'elle dit. Elle est malade, c'est cette maladie qui lui fait tenir de tels propos, elle est sans doute malheureuse mais ce n'est pas ta faute et son état ne lui permet pas de voir qu'elle vous fait du mal.

Tous les conseils tu as reçu Kirra suis les bien, c'est important pour toi, tu ne dois rester isoler, tu dois te construire, penser à ton avenir, ne pas dévaloriser par ce que tu entends. Il faut que tu t'accroches, pense à ta scolarité, des professeurs peuvent t'aider, ils te paraissent dur mais ils ne connaissent pas le contexte, ils te comprendront davantage et ce sera moins compliqué pour toi d'assumer l'école , ton climat familial.

Des spécialistes CSAPA, médecin scolaire ça peut être un premier pas, il faut aller les voir, ils te guiderons, te conseillerons car tu dois prendre soin de toi Kirra. Vous y serez aidés toi et ton papa, même si ta maman refuse elle aussi indirectement le sera. En tout cas elle ouvrira les yeux sur son alcoolisme. Ça peut-prendre du temps mais elle en prendra conscience, car s'il y a bien une chose qu'une maman ne veut pas perdre c'est son enfant. Elle saura que tu sais, elle réfléchira et trouvera peut-être le courage de lutter pour elle avec votre soutien, écartant progressivement la honte et la culpabilité.

Tiens nous au courant Kirra ,

On est de cœur avec toi.

---

#### **Moderateur - 26/02/2015 à 12h41**

Bonjour Kirra,

Déjà, il n'y a pas eu de cris de la part de votre mère. Elle a ignoré les bouteilles en apparence, mais elle a très certainement perçu le message. Je crois qu'il faut continuer mais peut-être le faire aussi en accord avec votre père et en sa présence car vous avez tout de même peur des réactions de votre mère et s'il est là vous êtes plus rassurée.

Je me demandais, puisque vous avez montré ce fil de discussion à votre père, si vous ne pouviez pas lui demander de venir en parler lui aussi dans ces forums ou sur notre ligne d'écoute. Il a certainement des choses à dire sur la question et il faut pouvoir lui parler à lui aussi de ce qu'il peut faire, des CSAPA, de la honte à dépasser, etc.

En tout cas vous êtes courageuse et intelligente, vous essayez avec vos moyens de trouver des solutions et c'est bien. Bravo !

Ce que vous a écrit Gazelle23 ci-dessus explique très bien la situation et ce qui peut être fait. Ce sont des conseils à suivre.

Continuez !

Cordialement,

le modérateur.

---

#### **Profil supprimé - 26/02/2015 à 17h43**

coucou Kira

Oui, tu as une sacrée maturité pour ton âge...tu as du tellement voir de choses horribles chez toi. Saches que tu n'es pas responsable et que si ta maman ne veut pas se soigner...ce sera forcément difficile à vivre. Je me souviens (et à l'époque, je ne comprenais pas

pourquoi !) mes enfants de 10, 8 et 6, me disaient qu'il y avait la B gentille et la B méchante ... je ne comprenais évidemment pas à ce moment là, que mon attitude changeait à chaque consommation excessive et comme ta maman, je faisais semblant de ne rien entendre en pensant que le lendemain, ils auraient oublié...

Bien sur qu'une maman ne veut pas perdre ses enfants mais "danger", l'alcool est plus fort.. Dans la consommation excessive, où l'on croit trouver l'oubli de tout ses démons...rien d'autres ne compte et pourtant je les ai adorés ces enfants... Je disais même, que pour les protéger 'je respirerais l'air avant qu'ils le respirent" pauvres gosses, mon halène d'alcool, ne leur auraient sûrement apporter que du dégoût et pas la moindre pureté.

Ce n'est pas gentil ce que je vais te dire mais...essaye de l'éviter quand elle a bu. Reste avec ton père. Fais tes devoirs, joue de la guitare...mais ne la surveille plus ...quand elle est dans l'alcool, elle s'en fout ... C'est ce que je faisais...je ne les calculais pas !!!

Moi aussi, une fois je suis rentrée et ils avaient, avec leur père, sorti toutes bouteilles que j'avais cachées dans les poubelles (entourées de papier journal pour le bruit)...ils m'attendaient tous les quatre devant ces bouteilles alignées...et bien, je les ai ignorés et suis partie dans ma chambre et ai presque fait la tête alors que c'était moi qui étais prise en faute. J'étais furieuse mais dès le lendemain, je recommençais à me saouler à mort.

J'ai arrêté le dernier avait 16 ans ... tu vois ça arrive et depuis je n'ai jamais repris une goutte d'alcool. Ils m'ont pardonnée mais moi, je sens toujours une culpabilité en moi mais ceci n'est que mon histoire. Chaque alcoolique réagit suivant ses propres critères. Sois courageuse et surtout protèges-toi

biz  
Brijo

---

#### Profil supprimé - 26/02/2015 à 18h14

Salut,  
Aujourd'hui j'ai manger avec mon père j'ai pu lui montrer les réponse de mon commentaire.  
Quand il a lu le passage pour qu'il vienne parle sur le forum il a fait une drôle de tête, et "il m'a répondu" je verrais il a continuer à lire...  
Après j'ai du repartir en cours ...  
Mon père a regarder ou trouver une csapa par le forum. Je crois que c'est bien

---

#### Profil supprimé - 26/02/2015 à 18h52

Bonjour,  
J'ai us un problème pendant le message pas tout à été marqué...  
Je disais donc,  
Une des surveillante du collègue qui me connais assez bien vue qu'elle m'aide pour les cours...  
À remarquer que j'avais l'air fatiguer, et que ma mère et bizarre depuis quelque mois. J'ai essay de ne pas dire qu'elle buvait, mais elle l'avait remarqué tout seul il me semble, donc je lui et dis et on en a un peu parler...

Quand je suis rentrée ma mère semblait bien, mais il y avait toujours les bouteilles. Quand je suis parti me doucher et que je suis redescendus les bouteilles n'y était plus.

Je tiens à vous remercier de me répondre je me sens moins seule avec se secret si on peut dire comme sa !

Merci et désolé pour les fautes...

---

#### Profil supprimé - 26/02/2015 à 20h08

salut kirra

Si tu peux partagerle forum avec ton père ça sserait vraiment bien et ça vours rapprocherais en créant une complicité en plus.

J'espère que les choses vont vite s'améliorer pour vous

bisous

---

#### Moderateur - 27/02/2015 à 17h20

Bonjour Kirra,

J'espère que vous voyez que, grâce à votre courage, oui on peut parler normalement de ce qui vous arrive. Que cela soit la surveillante de votre collègue, votre père, ce forum ou un CSAPA (bientôt) vous avez des ressources autour de vous. Cela doit vous aider à vivre votre propre vie, à ne pas avoir "honte" de votre mère. Comme on vous a dit elle souffre d'une maladie due à l'alcool. Cette maladie fait qu'elle ne se comporte pas tout à fait normalement mais dessous la couche apportée par l'alcool, votre mère est toujours bien là. A terme elle peut se soigner et il y aura des gens pour l'aider.

En attendant qu'elle trouve le moyen de vouloir s'en sortir, vraiment prenez soin de vous. C'est bien de vous inquiéter pour elle et vous avez déjà fait réagir les gens autour de vous ce qui est super. Maintenant occupez-vous de vous aussi : allez voir vos amis, sollicitez votre père pour qu'il vous emmène là où cela vous fera plaisir à tous les deux. N'ayez pas peur de vous absenter : de toute façon votre

mère boira, elle ne peut pas s'en empêcher pour l'instant. Ne la surveillez pas en permanence. N'essayez pas de lui parler quand elle a bu. Partez de la pièce où elle se trouve si elle entreprend de vous gronder sous influence de l'alcool et ne tenez pas compte de ses paroles alcoolisées. Si vraiment elle insiste expliquez-lui si possible qu'elle n'est pas dans son état normal et que vous lui proposez d'en reparler quand elle ira mieux, qu'elle se sera "reposée".

J'espère que votre père prendra contact avec le CSAPA et saura lui aussi "en parler". Ce n'est pas en restant seul avec un problème qu'il se résout en tout cas.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Profil supprimé - 03/03/2015 à 14h51**

Bonjour Kirra,

Comment vas-tu ? Cela fait quelques jours que tu ne donnes pas signe. J'espère que tu vas bien pour autant. Si tel n'était pas le cas, il ne faut pas t'isoler. Tu as bien compris qu'il fallait aider ta maman, mais il faut aussi penser à t'aider toi même. Certes, tu es très mûre pour ton âge, mais ce n'est pas simple pour autant c'est pour cela que l'on peut avoir recours à des spécialistes. La fragilité, la peur de l'avenir de blesser peuvent tétaniser et crois moi il parfois nécessaire d'avoir des soutiens extérieurs montrer des alternatives.

J'espère que ton papa est là pour t'aider que votre démarche de prendre contact avec le CSAPA est toujours d'actualité, c'est une démarche qui est saine et bonne pour tous. J'imagine qu'elle n'est pas facile pour ton papa non plus. J'espère qu'il saura se montrer fort pour toi et prendre le recul nécessaire.

C'est en élargissant votre cercle, que vous irez tous mieux, ta maman avec le temps aussi.. Il faut prendre le train en marche et vous donner une chance à tous

Je t'envoie mes sentiments les meilleurs, j'espère que les choses s'arrangent.

A bientôt je l'espère Kirra.

Bises.

---

**Profil supprimé - 06/03/2015 à 21h55**

Coucou,  
Sa fais quelque jour où même 1 semaine que je n'ai rien écrit.  
Depuis mon dernier message, tout va mieux, j'ai us une discussions avec ma mère qui m'a promis de pas recommencer. Pour le moment elle tiens parole se qui me rassure,mais je me demande combien de temps...P  
J'ai l'impression qu'elle est venue sur le site ou qu'elle a vue mon message d'aide. Je sais pas se qui lui a dit d'arrêté si sais sa ou bien qu'elle comprend qu'elle ne se fais pas que du mal et qu'elle en fait à sont entourage !

Je tien à vous remercier de me répondre...

Je vous tiens au courant 😊

Merki

---

**Profil supprimé - 09/03/2015 à 08h13**

Coucou Kirra,

Comment vas-tu toi et ta familles ?

Biz

---

**Profil supprimé - 09/03/2015 à 13h18**

Bonjour Kirra,

je suis bien contente d'avoir de tes nouvelles et de les savoir bonnes. Vous êtes tous ensemble sur le bon chemin c'est c'est formidable.

Si ta maman est venue sur le site c'est bien elle a pu y lire toute ton inquiétude, ton soutien, ton amour elle sait qu'elle n'est pas seule et pas mal jugée. Les portes s'ouvrent c'est bien..

Je vous adresse à tous mon soutien et mes encouragements.

Si je puis me permettre Madame, vous avez une fille formidable, accrochez-vous un jour à la fois, vous le méritez courage c'est difficile mais ça vaut la peine, une vie abstinente peut-être belle goûter y autant que vous le pouvez.

Amicalement,

---

**Profil supprimé - 09/03/2015 à 23h50**

Bonsoir kirra et bonsoir à tous,  
Je suis nouvelle sur ce forum, je suis âgée de 25 ans, je me suis inscrite car comme kirra j'ai ma mère qui est alcoolique et cela depuis des années, je suis complètement déboussolée par moments car rien ne change.

Pensez vous pouvoir m'aider en mz conseillerant? Bien cordialement.

---

**Profil supprimé - 10/03/2015 à 18h09**

Salut,  
Elle m'a fais une promesse en la quelle je tenais en la quelle j'avais confiance mais elle a pas réussi à la tenir.

Aujourd'hui j'ai une surveillante du collège qui es venue m'aider pour les cours, elle a but pendant qu'elle m'aider quand elle a du partir je me sentais mal qu'elle les vue comme sa, j'avais honte et peur !

Pour mon père a laisser de côtés la Csapa vue qu'elle aller mieux. Je peux même pas en parler à ma grand-mère ou à ma soeur pour pas les inquiète, je dois encore me garder ce secret et surtout c'est bêtise.

Je suis désolé de dire sa sur ce forum mais au moins je me lâche et des personne qui sont dans le même état que moi ou étais peuvent me répondre et me rassurer.

Quand elle aura fini comment l'ammener se faire soigner, j'en est mare de tout sa ! Je sais pas si elle crois qui a que elle qui souffre ou qui a peur ! On a tous peur de quelque chose mais c'est pas une raison de boire on peux en parler ?! Non ?

P.S: si tu lis se message ou les autres sachent que ont est la est que c'est pas la peine de te renfermé sur toi même, et que quand tu dans cette état tu te fais du mal et aussi à nous !

Cordialement

---

**Profil supprimé - 11/03/2015 à 09h48**

A plusieurs reprises on s'est disputer a cause de ce problème mais sa change rien donc bon.  
Je ne me renferme pas sur moi même je suis juste triste de savoir qu'elle se détruit sans que je puisse faire quoi que se soit c tout.  
Enfin merci

---

**Profil supprimé - 11/03/2015 à 13h15**

Salut xxx,  
On est deux dans cette état. Je te conseil de créer une discussions pour te faire idée, c'est se que j'ai fait et j'ai pleins de personne qui me répond qui sont là pour nous aider =)

Quand je disais que tu te renferme je parler de ma mère, car je crois qu'elle et venue sur se cite est qu'elle a vue ma discussions (avec les autres message avant celui la).

Bonne chance à toi aussi =D

---

**Profil supprimé - 17/03/2015 à 13h39**

Bonjour Kirra,

Je comprends ta déception et ton inquiétude. Ne juge pas trop sévèrement ta maman. Tu essaie de la faire réagir c'est bien, mais toute seule c'est compliquée tu sais. tant que ta maman n'aura pas les ressources et la volonté de se prendre en charge je crains que tu ne sois déçue.

Pour rompre avec l'alcool, il faut une vraie de prise de conscience, il lui faut une aide de professionnels, je pense que par tes démarches ta maman est en train de prendre connaissance des dégâts qu'occasionnent sa consommation, seulement il faut que de son côté elle avance, il faut qu'elle accepte que la bouteille est un faux ami et qu'elle soit forte. Ce n'est pas facile tu sais. Tu es là et tu la fais réagir et c'est très bien, la prise de fuite pour elle est plus difficile.

Il est normal que tu es mal, tu es peur, tu es honte, tu as envie de l'aider il faudrait Kirra que ton papa prenne le relais, il est victime lui aussi de l'alcoolisme mais il serait juste pour toi, qu'il se rapproche d'une CSAPA, d'une aide en ligne, vous y trouveriez un soutien et une vraie écoute et un soutien, de vrais conseils.

N'hésite pas à demander de l'aide, même si ta maman se montre ivre devant des amis, des professeurs, ils ne te jugeront, ils te tendront sûrement des mains, l'essentiel pour toi et de te protéger de construire ton avenir, n'hésite pas à demander de l'aide à ton papa, il faut qu'il soit ton soutien.

Bonjour xxx,

Comme Kirra tu connais la détresse de voir ta maman se détruire. je ne sais pas depuis combien de temps elle bois. Si tu lui en as déjà parlé, si tu vis avec elle.

Moi je te conseillerai de prendre contact avec des CSAPA, de l'aide en ligne. D'arpenter le site comme tu l'a fais avec Kirra d'échanger de vous soutenir ça aide de se sentir comprise, entre aider vous.. et pour ta maman pour changer cela il faut qu'elle est envie, envie de se battre pour elle, pour toi ça peut l'aider, elle peut avoir besoin d'aide externe aussi...

Je vous adresse à toutes les deux mon soutien.

---

**Profil supprimé - 17/03/2015 à 21h22**

Bonsoir gazelle23

Je vous remercie pour votre message, pour y répondre je ne vis plus chez mes parents depuis quelques années, j'ai 26 ans cette année et j'ai moi même ma propre famille, dont un petit garçon.

Ma mère boit depuis plusieurs années malheureusement elle n'a pas la volonté de se faire soigner, elle me répond qu'elle a honte d'elle, je lui explique qu'être malade ce n'est pas une honte sa se soigne, seulement pour cela il faut se bouger.

Bref sa ne marche pas, du coup par moment on se dispute à cause de ca.

Pourriez vous me dire c'est quoi des csapa?

Est ce quelque chose d'efficace pour les proches d'alcoolique?

En tout cas merci pour vos réponses

---

#### **Profil supprimé - 23/03/2015 à 18h26**

bonjour XXX

les CSAPA sont des centre d'aide en addicto pour les patient et les famille tu y va sur rdv et c'est gratuit. tu trouvera des medecin, psy et aide sociale.

clic sur la carte en haut a droite pour trouver le plus proche de chez toi.

biz

---

#### **Profil supprimé - 24/03/2015 à 13h18**

Bonjour XXX,

Je m'excuse de ne te répondre que maintenant, je suis passée à côté de ton message. Clochette veille et t'as très bien répondu.

Le fait de prendre contact avec un centre peu sûrement t'aider à comprendre mieux cette maladie, a te sentir comprise, entendue, soutenue c' est important. Voir un parent, un proche, perdre pied ne pouvoir, ne savoir l'aider est difficile.

Tu sembles compréhensive avec ta mère c'est bien je crois, elle sait que tu ne fermes pas les yeux sur son alcoolisme aussi à mon sens c'est mieux. même si les barrières sont franchies, il peut y avoir malgré tout une retenue...

Ta maman ne semble pas prête à faire un pas vers l'abstinence, je crains que tant qu'elle ne prenne pas conscience du mal que cela lui fait, que vous cause aussi ça ne changera pas. Si elle veut changer tout ça il faut qu'elle est envie de se battre pour elle.

Sais-tu ce qu'il l'a amené à boire ? Il y a toujours un élément déclencheur, une recherche ou plutôt une fuite malheureusement. As-tu osé aborder ce point de discussion avec elle ?

Quoiqu'il en soit xxx, je crois que de prendre contact avec un centre est un bon point de départ, tu y trouveras de vrais conseils et une écoute qui t'aideront. Toi aussi tu as besoin de soutien.

A bientôt,

---

#### **Profil supprimé - 25/03/2015 à 19h53**

Bonjours,

Sa fait un moment que je ne suis pas venue, tout aller plutôt bien mais depuis 2jours de moin en moin.

Je peux vous le dire au moment ou j'écris je pleure a moitier

Quand elle et venue me chercher, je ne savais pas qu'elle avais bu est je les vite remarquée, j'ai cru qu'on aller avoir un accident elle conduisait la voiture parter sur le côtés et je voyais qu'elle avais pas la même tête que d'habitude !

Quand on manger elle ma pas ratés elle ma engueuler, crier dessus en dissant que tout etais ma faute que j'étais la que pour l'embêter et quelle voulait plus me voir ! Mon père a rien dit et moi je l'ai laisser me rabaiser, quand elle a fini je me suis levée et je lui ai dit pas mal de chose en me dissant que j'aurais pas du, j'ai voulu mettre au sujet sa promesse mais j'ai regarder mon père qui me deconseillée. J'ai ranger mon assiète et je suis monter dans ma chambre (ou je suis en se moment), j'ai bloquer la porte avec le lit (le lit et juste a côtés de la porte).

En se moment elle claque les portes et elle est dans le couloir a côtés...

Demain je mange avec mon père et je voudrais éviter de la croisais !

JE vais chercher pour prendre rendez-vous avec un ou une CSAPA parce que j'en peux plus !

P.S: dsl des fautes ....

Merci et à bientôt !

---

#### **Profil supprimé - 26/03/2015 à 01h08**

Bonjour Kirra,

Si tu savais comme ton témoignage m'a fais prendre conscience d'énormément de choses. J'ai le même problème que ta maman et comme elle je ne me rendais pas compte que le fait que je bois de l'alcool quand je n'arrive pas à résoudre un problème c'est pour moi la facilité je croyais à chaque fois que le lendemain je trouverai la solution.

Et non, le lendemain non seulement rien ne s'est réglé, je constate que je me suis fais des bleus partout, en bref je ne me rappelle même plus ce que j'ai fais, je perds mes affaires, je deviens bordélique, je sens que mon entourage me regardent de travers, tourne la tête sur mon passage et même quand je retourne acheter de l'alcool, je bois moi aussi en cachette, j'ai honte mais je le fais quand même.

J'ai essayé plusieurs fois d'arrêter, mais cela ne durait jamais plus de trois mois, j'étais contente de m'en être sortie et je me disais, c'était plutôt tenter "le diable", je vais acheter une bouteille persuadée que je ne recommencerai pas et c'est surtout ce que je n'aurai pas du faire.

Le dialogue et la confiance étaient revenu avec mon compagnon et ma fille mais... quand je me suis levée le lendemain, le "hic", je ne me rappelle de rien sauf de la bouteille et du verre que j'avais mis en évidence sur la table, la bouteille était vide et je n'avais pas touché le verre et, vu qu'ils ne boivent pas ni l'un, ni l'autre, j'étais furieuse contre moi...

Ce que ça m'a apporté... Ils sont partis tous les deux, je me suis retrouvée toute seule comme une IDIOTE, ce n'est pas à eux que j'en veux, c'est à moi parce qu'ils ne me donnent pas de nouvelles, m'ignore et le pire c'est que c'est bien fait pour moi.

Ta maman a de la chance d'avoir une fille comme toi, tu es quelqu'un de SUPER, concentres toi sur tes études, si tu t'entends bien avec ton papa, tes amies, prends tes distances, sinon tes résultats scolaires vont en pâtir, et c'est toi qui en subira les conséquences plus tard.

Je t'embrasse, tu dois penser d'abord à toi, suis les conseils et n'hésite pas à en parler avec les gens que tu aimes.

A bientôt.

---

### Profil supprimé - 27/03/2015 à 11h38

Bonjour Kiarra,

Tout d'abord, désolée de répondre si tard !  
le seul message que je vois c'est celui de Courgette.

ça devait être dur ce moment de crise d'avant hier soir! j'espère que ça va mieux maintenant.  
je trouve que tu as une très bonne idée d'aller seule au CSAPA même si c'est pas facile, toute seule... Aussi, est-ce que tu as trouvé l'adresse?

en haut à droite de l'écran il y a une carte de France, tu cliques dessus, puis tu tapes le nom de ta ville/ ton village et tu as toutes les adresses.

Au fait, selon les régions, ça ne s'appelle pas forcément CSAPA, mais "centre d'addictologie", et c'est à l'hôpital. C'est pas le nom qui compte, c'est l'aide que tu peux y trouver.

L'alcool, c'est une maladie grave, c'est long pour s'en sortir, et c'est difficile de tenir une promesse de ne pas boire...

Si je relis ton fil depuis le début, j'ai l'impression que ta mère "a craqué" le 6 mars, puis le 10 mars, puis le 23 mars... ça semble s'espacer... enfin je crois... ça pourrait être bon signe...

Courage...

@ Courgette,

tout simplement, je ne suis pas du tout d'accord avec tes mots "c'est bien fait pour moi".

j'aimerais mieux que tu dises : "j'ai agis de telle façon, ça a eu telle conséquence pour moi, et c'est dommage. Je le constate, je l'observe... et voilà."

mais je ne suis pas psy...

je te souhaite de trouver le chemin pour toi... courage à toi aussi.

---

### Profil supprimé - 05/08/2015 à 22h26

Bonsoir Kirra

Pour l'histoire de ta maman, je comprend entièrement ce que tu vie, ce n'est vraiment pas une chose facile pour une enfant de ton âge, j'ai actuellement 20ans, et ma maman à toujours bu , cela va faire 30 ans.

Ta maman est en grande souffrance, si elle boit, c'est qu'elle veut cacher des blessure, surmonter une peine, tu le vie mal, mais tu sais elle elle souffre énormément aussi..

Je veux aussi répondre à " MODERATEUR" SUROUT ..... Ne jamais faire ce qu'il ta dis.. Mettre les bouteille en évidence sur la table, ne ferais que rappeler a ta maman qu'elle est plus bas que terre .. Sa ne ferais que augmenter sa souffrance.. Tu sais même si elle boit, elle à honte d'elle.. Et faire sa la rabaisserais encore plus..

Actuellement, je fais partie d'un groupe de famille d'alcoolique anonyme, c'est sur le même principe que les réunions, mais pour les familles, cela aide énormément de savoir que nous ne sommes pas seul à vivre de tels choses..

Les personnes alcoolique, pour s'en sortir on besoins d'un dé clique , quelque chose qui la fasse réagir ..

Dans ma famille c'est quelque chose au qu'elle nous ne voulons pas parler.. pendant des années personne n'a jamais rien dis.. personne n'a jamais rien fait.. Au mois de novembre nous avons décider de prendre les choses en mains pour que cela arrange et qu'elle accepte de ce faire aider, elle à réussis a s'en sortir pendants 3 mois, avec des médicaments etc.. mais malheureusement quelques moi plus tard elle est retomber de dans.. et tu sais elle en souffre aussi..

au jours d'aujourd'hui nos relation son toujours extrêmement compliquer, mais n'oublie jamais une choses, ta maman t'aime au plus profond d'elle et si elle souffre comme sa, c'est qu'elle à besoins de ce faire suivre..

Moi ce que je te conseillerais de faire, c'est de lui écrire une lettre, et au debut de la lettre tu pourrais lui dire " Maman je t'aime mais l'alcool, je ne l'aime pas" c'est que au réunion ils mon conseiller de faire et ma mere sa la toucher.. au jours d'aujourd'hui elle n'est toujours pas guerie .. c'est super long.. mais je crois en elle et je sais qu'elle sen sortira, il faut qu'elle se batte, tout comme ta maman.

Dans ta lettre, tu pourrais lui écrire ce que tu as sur le coeur, que tu aimerais qu'elle s'en sorte pour rattraper tout le temps que vous avez perdu ensemble.



Après je comprend aussi entièrement le fait que tu la " deteste" en quelque sortes, car tu as l'impression qu'elle te gache la vie, mais toutes ses mauvaises choses, ne lui dis pas, garde les pour toi et dis lui que le positif, tout en parlant de sa maladie, elle ne sera pas prête à entendre sa et encore beaucoup trop fragile, ses choses la tu les garde au fond de ton cœur et quand le jour se présentera, tu pourras lui dire tout ce que tu as sur le cœur pleinement ..

Mon texte est un peu brouillon, j'ai tellement de choses à dire ..

Mais n'oublie pas que tu n'es pas seul, et que nous sommes des centaines et milliers d'enfants touchés par ce fichu alcoolisme .. Car ça touche nos parents, mais nous également, ça détruit des familles..

Une chose est sûre c'est que nous sommes généralement des enfants, débrouillard, ça fait notre faiblesse mais on s'en sortira plus fort que les autres enfants avec des parents dites " normaux"

Je te souhaite beaucoup de courage et si tu peux va à la réunion ça pourra beaucoup t'aider de parler de ça avec des gens qui te comprennent et qui vivent la même chose que toi !

---