

COMMENT VENIR EN AIDE À MON PÈRE ?

Par Profil supprimé Postée le 14/03/2015 23:56

Je suis une jeune ado de 14ans et je suis a cours d'idées.
Mon père est alcoolique et je ne sais pas comment l'aider.
Je suis inquiète pour ma mère qui subit chaque jour l'alcoolisme de mon père et qui est a bout de forces.
Elle a déjà fait une tentative de suicide pour cette raison et j'ai peur au quotidien que cela se reproduise.
Je vit constamment dans la peur du nouvelles disputes en rapport avec ses problèmes.
J'ai besoin d'aide, de conseils, de soutien !
J'en peux plus de tout ça, je veux que ça s'arrête.
Comment faire pour l'aider ?

Mise en ligne le 16/03/2015

Bonjour,

Tout d'abord nous vous félicitons d'avoir eu le courage de nous écrire parce que ce n'est jamais facile de parler de la dépendance d'un proche.

Vous et votre mère êtes confrontées à l'alcoolisme de votre père qui ne semble pas dater d'aujourd'hui et cette situation génère beaucoup de souffrance pour toute votre famille.

C'est une tâche lourde à porter seule et ça ne devrait pas être votre rôle. Vous et votre mère déployez beaucoup d'énergie sans, pour autant, que les paroles dites doucement ou sur un ton véhément ne fassent effet tant votre père est pris par son alcoolisme.

La consommation d'alcool régulière et dans l'excès est destructrice et peut entraîner des troubles du comportement allant jusqu'à des actes de violence psychologique voir physique. Cela les explique mais ne justifie pas que vous les subissiez, vous et votre mère.

C'est à votre père que revient la décision de trouver une aide pour arrêter ou diminuer ses consommations. S'il ne le fait pas, il est important que vous trouviez l'aide et le soutien pour vous protéger. Nous nous vous rappelons que rien d'efficace ne peut être entrepris sans que votre père n'y adhère.

Votre mère essaye d'arranger les choses sans succès. Elle ne va pas bien et vous vivez dans la peur d'une nouvelle tentative de suicide...Votre situation nécessiterait une aide extérieure, le conseil et le soutien de personnes connaissant les problèmes que pose cette situation.

Nous allons vous donner des informations et orientations, qui nous l'espérons, vous permettront petit à petit de trouver des solutions pour ne plus avoir à subir l'alcoolisme de votre père.

Nous vous proposons plusieurs services téléphoniques anonymes qui proposent une écoute, des conseils et une orientation. Vous pouvez les appeler, seule ou accompagnée ou proposer à votre mère de le faire.

- Enfance et Partage : 0 800 05 1 2 3 4 (Gratuit depuis un poste fixe) Du Lundi au Vendredi de 10h à 18h.

Ce service téléphonique animé par des bénévoles s'adresse aux enfants. Il vise à protéger, défendre et prévenir les enfants contre toutes formes de maltraitance, que ce soit les violences physiques ou psychologiques.

- Sos Enfance en Péril : 01 42 46 66 77 Du Lundi au Vendredi de 8h30 à 18h30

Service téléphonique d'écoute, d'aide psychologique et de prévention des violences familiales et maltraitances d'enfants.

Suggérez également à votre père ainsi qu'à votre mère de nous appeler au 0980 930 930 (Ligne d'Ecoute Alcool Info, appel non surtaxé, tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin). Vous-même le pouvez également si vous le désirez. Nous sommes joignables par tchat via notre site.

Vous pouvez aussi trouver de l'aide dans un centre d'alcoologie auprès de professionnels qui ont pour habitude de travailler également avec l'entourage pour vous conseiller et vous aider sur la manière la mieux appropriée possible pour appréhender votre difficile situation et d'aider au mieux votre père. Vous trouverez ces centres en vous rendant sur notre site à ce lien :

<http://www.drogues-info-service.fr/?-Adresses-utiles->. Si vous ne trouvez pas n'hésitez pas à nous appeler au 0980 930 930.

Les lieux de consultations spécialisés qui prennent en charge les personnes dépendantes à l'alcool proposent pour la plupart de recevoir l'entourage pour du soutien, des conseils. Chacun des membres de votre famille pourrait y trouver une aide précieuse pour faire face à cette situation et tenter de solutionner les problèmes. Différentes "formules" sont possibles: entretiens individuels, familiaux, de couple, groupes de paroles... Les consultations y sont confidentielles et gratuites.

Il n'est peut-être pas évident que votre père qui est pour l'instant dans le déni, acceptent de consulter tout de suite, mais vous qui recherchez de l'aide, des "solutions", pourriez être épaulée dans cette consultation.

Nous vous suggérons de penser un peu à vous, à vos études, à votre avenir.

Bon courage et prenez soin de vous.

