

MON PÈRE EST ALCOOLIQUE ET DÉPRESSIF

Par Profil supprimé Postée le 20/04/2015 02:00

Mon père est alcoolique et dépressif, il boit chaque soir et s'énerve sur ma mere, je suis une fille, j'ai 15 ans et ma sœur en a 12, on vis en France mais nous sommes anglais, ma mère ne parle pas très bien la langue donc elle ne sait pas du tout comment chercher de l'aide. Mon père est hypocrite, la plupart du temps il ne se rend pas compte de ce qu'il dit, il fait des choses qu'il oublie le lendemain. Il n'ai jamais été violent envers ma mere ou moi ou ma sœur, mais il lance des verres par terre et parfois il ouvre grand la porte en espérant que ma mère soit derrière. Il a eu 2 cancers qu'il a battu, mais le dernier lui a causé des problèmes de dos, donc de temps en temps il hurle de douleur. Il réagit comme un gamin de 6 ans, il ne sait rien faire tout seul, il ne sais pas comment se débrouiller, il peut se lever pour se chercher un verre de whisky mais il ne peut pas se déplacer 2 m pour chercher la télécommande. Il a piraté la boîte mail de ma mere ou elle parlait a des amies du problème d'alcool de mon père. Il l'a lu et a ordonné à ma mere de ne plus jamais contacter ces amies la. En une semaine, ma mere a perdue 3 amis proches à cause de lui. Il s'isole de tout le monde, il n'a pas de travail, pas beaucoup d'amis, et il répète sans cesse que ma mere nous a mal élevé et qu'à la fin on va se "suicider a cause d'elle", qu'elle nous a forcé à le détester. Il la traite de " salope" et de "garce" et Parfois j'ai juste envie d'hurler et de lui dire tout ce qu'il me passe par la tête, mais je sais d'avance que ca ne marchera pas. Je ne peux pas inviter mes amies à la maison a cause de lui, il ne vient jamais aux rendez vous parent profs, en public j'ai honte d'etre avec lui, il ne se lave pas et ne fais aucun effort pour se nettoyer, ses ongles et ses cheveux sont degeulasses et il pue l'alcool. Ma mère ne sais pas comment chercher de l'aide car elle ne connaît pas le fonctionnement ici, et moi non plus je sais pas du tout quoi faire. Merci d'avance pour vos réponses.

Mise en ligne le 22/04/2015

Bonjour,

Nous comprenons votre détresse et votre découragement dans la situation que vous vivez. Votre père boit et vous ne savez plus quoi dire, quoi faire pour que les choses changent. Nous tenons tout d'abord à souligner la démarche courageuse que vous faites aujourd'hui en venant nous demander de l'aide. En effet, dans ce genre de situation, il est très important de ne pas rester seul, de chercher du soutien, pour chacun.

Vivre auprès d'une personne qui boit est souvent source de souffrance car, même si l'on se rend bien compte qu'il faudrait faire quelque chose, on ne peut pas forcer la personne à le faire, ni même le faire à sa place. Il est nécessaire que la personne qui boit prenne conscience du problème et fasse, elle-même, la démarche pour se faire soigner. Dans cette attente, qui peut être longue, l'entourage ressent des sentiments forts comme l'inquiétude, l'incompréhension, la colère, le découragement, la honte... On souffre car on voit un proche qui va mal, mais en même temps on lui en veut car s'il se faisait aider, cela changerait sûrement beaucoup de choses dans la maison.

Afin d'être soutenues dans les difficultés que vous vivez, vous -ainsi que votre mère et votre soeur- pouvez vous rapprocher du mouvement d'entraide Al-Anon (Alateen pour les enfants). Ce sont des groupes de parole qui fonctionnent comme les Alcooliques Anonymes, et qui rassemblent les proches de personnes qui boivent. Le fait de rencontrer des gens qui vivent quelque chose qui ressemble à ce qu'on vit, et avec lesquels on peut partager et échanger les expériences, permet de se sentir moins seul et de s'enrichir de l'expérience de chacun. Vous trouverez plus d'informations en allant sur leur site. N'hésitez pas à les contacter, ils sont là pour ça.

Vous pouvez également vous adresser à des professionnels au sein d'un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces lieux reçoivent toute personne qui se sent en difficulté avec un produit, une consommation et accompagnent aussi les proches quand ils en ont besoin. Vous trouverez les adresses des centres proches de chez vous ici. Votre mère, vous et votre soeur pouvez y aller.

Enfin, comme vous l'avez peut-être vu, notre site met à disposition des internautes des forums de discussion sur des thèmes variés. Vous pouvez aller y faire un tour, et pourquoi pas y déposer un témoignage afin de solliciter l'aide et les conseils des personnes qui vous liront. Les forums pour les jeunes sont accessibles ici. Il y en a d'autres, destiné à des internautes plus âgés ici. Vous pouvez les montrer à votre mère.

Nous espérons que vous trouverez parmi ces choses, le soutien dont vous avez besoin.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel non surtaxé depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Avec tous nos encouragements dans vos démarches futures,

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Comment aider mon parent qui boit
- Un de mes parents boit, j'en souffre