

QUE DOIS-JE FAIRE ?

Par Profil supprimé Postée le 07/12/2015 06:17

Bonjour/Bonsoir.

Mon histoire est un peu longue et donc, je vais commencer du début. Il y a environs 6-7 ans, ma mère a trompé mon père et ce dernier ne s'en est jamais vraiment remis, dépression, noyade dans l'alcool, j'ai vu des choses assez horrible qui ont forgé mon caractère. Il y a environ 3 ans, je suis partie de chez mon père qui commencé à devenir dépendant de l'alcool et violent. Je suis très heureux avec ma mère et pour être franc, je m'en foutais de ce que devenais mon père et j'ai assez honte de moi. Bref, récemment, des événements ont fais que je pouvais comprendre ce qu'il à ressentis et une envie de l'aider à surmonter cette dépendance à l'alcool m'est venu. J'ai essayé de renouer le contact et j'ai appris par l'intermédiaire de ma famille qu'il était vraiment tomber dans cette dépendance de l'alcool, quitte à ne plus travailler. Ma question est simple, que puis je faire pour l'aider ?

Mise en ligne le 09/12/2015

Bonjour,

Votre père semble être en grande difficulté sur le plan psychologique, et le fait de renouer le contact peut éventuellement être un point positif dans sa vie. L'aider peut vouloir dire d'avant tout reconstruire une relation avec lui, de lui faire part de votre empathie pour ce qu'il a vécu et vit encore, de lui montrer que vous ne le jugez pas et comprenez ce qui a pu l'amener à noyer son chagrin dans l'alcool.

Renouer des liens avec son père après 3 années sans nouvelles peut prendre du temps, et aider une personne qui a des problèmes d'alcool aussi. Lui seul pourrait vous dire ce qui peut le rendre plus heureux, ce que vous pouvez lui apporter, s'il accepte ce dialogue. Cela ne se fera qu'à son rythme, vous pouvez le soutenir, apprendre de nouveau à vivre de bons moment avec lui, et surtout à ne pas réduire votre relation à l'aide que vous aimeriez lui porter au sujet de l'alcool. C'est tout cela qui peut contribuer à son mieux être.

Il existe des centres de soins en addictologie où l'entourage d'un consommateur d'alcool peut être reçu, gratuitement et confidentiellement. Des professionnels spécialisés, tels que des psychologues et des travailleurs sociaux par exemple, y propose un soutien et un espace de réflexion sur la conduite à tenir pour tenter d'aider au mieux un proche. Nous vous indiquons ci-dessous les coordonnées d'une structure à Millau.

Si vous souhaitez avoir un échange ponctuel à distance, sachez que vous pouvez nous contacter par Chat (dans la colonne de droite de la page d'accueil de notre site internet), ou nous téléphoner au 0980.980.930, tous les jours de 8h à 2h (appel non surtaxé). N'hésitez pas à donner nos coordonnées à votre père si vous sentez qu'un moment opportun se présente pour aborder ce sujet.

Cordialement.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

UNITÉ D'ADDICTOLOGIE DU CENTRE HOSPITALIER DE MILLAU

265 bd Achille Souques,
12100 MILLAU

Tél : 06 82 37 22 10

Site web : www.ch-millau.fr

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h, jeudi jusqu'à 20h (les horaires peuvent s'adapter en fonction des disponibilités de l'équipe et/ou de l'usager ou de son entourage).

Voir la fiche détaillée