

Vos questions / nos réponses

Et pour les enfants ?

Par [benjamin2209](#) Postée le 03/05/2016 00:04

Bonjour,

Je suis fils d'un père alcoolique décédé en 2004 quand j'avais 10ans des suites de son alcoolisme.

J'ai maintenant 21 ans, je me pensais capable de surmonter cela avec le temps mais me voilà 12 ans plus tard et je ne suis toujours pas parvenu à tourner la page et à trouver des réponses à mes questions.

Je suis partagé entre tristesse et colère envers mon père, et en même temps je culpabilise de ressentir sa envers quelqu'un de décédé. Il m'arrive régulièrement de m'effondrer en pensant à tout cela.

J'en ai encore extrêmement gros sur le cœur sur tout ce que j'ai pu voir et ce qui c'est passé durant mon enfance.

Je suis désemparé et ne sais à qui m'adresser, pouvez vous m'aider ?

Mise en ligne le 03/05/2016

Bonjour,

Votre père est décédé en 2004 des suites de sa maladie alcoolique. Le temps a passé mais la tristesse, la colère sont toujours là. Vous ne comprenez pas, vous étiez jeune, vous n'avez pas eu de réponses à vos questions.

La perte d'un parent n'est jamais facile, le vide causé par ce décès est immense et profond. Vous pensiez être suffisamment fort pour passer au travers cette peine. Certains diront que le temps arrange les choses. C'est en parti vrai...

Pourtant il y a la peine qui n'appartient pas au décès, ni au vide laissé par le départ de la personne. Cette peine vient de la mémoire en dedans " tout ce que vous avez pu voir ", " tout ce que vous n'avez pas compris ". Chaque fois que vous y pensez cela ouvre cette blessure (mémoire) qui est toujours à fleur de peau et la douleur est bien réelle.

Etre témoin dans son enfance d'un parent qui souffre et qui boit est souvent traumatisant et provoque immanquablement de la peur ainsi que de l'insécurité qui est une source de stress. Le sentiment de culpabilité est quasi inéluctable. Vous étiez confrontés à l'alcoolisme de votre père et inévitablement vous vous posez des questions sur les raisons de ce comportement et cela vous poursuit toujours et encore. Comment faire pour vous apaiser ?

Il nous paraît essentiel pour votre avenir de trouver l'aide à laquelle vous avez droit et qui vous a toujours manqué. Il vous faut sortir de cette situation en consultant un thérapeute de votre choix qui vous aidera à construire votre vie pour enfin trouver l'apaisement dont vous avez besoin.

Sachez que vous pouvez nous contacter par téléphone au 0980.980.930, tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé d'un poste fixe ou d'un mobile) ou par chat via notre site.

Prenez soin de vous.
