

## AIDER MON PÈRE

---

Par Profil supprimé Postée le 08/04/2018 14:39

Mon père boit avec excès depuis quelques années. C'est un alcoolisme qui se caractérise par la consommation de vin à tous les repas et aux apéritifs très réguliers avec les amis qui passent les soirées. À côté de ça, il travaille, c'est un mari aimant pour ma mère, un père et un grand père très attentionné pour moi et mes 3 enfants. Il est sympa, rigolo, et je n'ai pas beaucoup de choses à lui reprocher qui seraient en lien avec sa consommation d'alcool... Ça fait quelques années que je mets un voile sur ce problème, mais ce midi avec un reproche à peine déguisé, il m'a dit qu'effectivement il avait conscience d'être Alcoolique... et je viens de prendre un coup de massue! Je m'inquiète pour sa santé, et il m'arrive de m'inquiéter si mes filles sont chez eux (bien qu'il n'y ait jamais eu de problème...). Comment je peux l'amener à avoir une réflexion ??? Sincèrement, je n'ai même plus envie que mes filles aillent chez eux sans nous, mais je sais que cette décision lui brisera le cœur... et qu'il la trouvera injuste puisque il se sent parfaitement maître de lui...

---

Mise en ligne le 11/04/2018

Bonjour,

Vous décrivez une consommation régulière d'alcool pour votre père qui cependant ne semble pas perturber sa vie qu'elle soit sur le plan professionnel, familial, conjugal ou social. Cependant, vous semblez avoir décelé qu'il "avait conscience d'être alcoolique". Il serait intéressant de voir ce qu'il appelle "alcoolisme", s'il s'estime dépendant, s'il a le sentiment de ne pouvoir se maîtriser parfois, s'il a déjà essayé d'arrêter... car ce terme n'est peut-être pas approprié. Il y a de multiples façons d'avoir un problème avec l'alcool. Il est aussi important que vous puissiez faire la part entre votre propre représentation de l'alcoolisme, la peur qu'elle génère en vous et sa difficulté véritable avec l'alcool, de manière à garder la confiance que vous avez en lui.

Il n'est pas rare qu'une consommation d'alcool régulière vienne comme un recours personnel au stress, un moyen de se détendre, de ne pas penser à des événements ou des circonstances pénibles... Une façon d'aider un proche, le faire réfléchir consiste souvent à l'aider à prendre en compte le mal-être auquel sa consommation vient répondre.

Si votre père considère sa consommation comme problématique, s'il s'interroge sur une éventuelle dépendance qu'il aurait pu développer avec le temps, il peut être intéressant pour lui de se rapprocher d'un professionnel de santé spécialisé sur les questions de dépendances afin de faire un bilan de cette consommation et de pouvoir s'il le souhaite aller vers une meilleure gestion de celle-ci.

Pour cela, il existe qu'il existe des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui proposent des consultations individuelles, confidentielles et gratuites ; il en existe dans tous les départements.

Vous n'indiquez pas le lieu de résidence de votre père, aussi nous vous joignons 2 liens ci-dessous, un qui pourra vous permettre de trouver un CSAPA, un autre qui pourra vous apporter des éléments de réponse supplémentaires sur la façon d'aborder la question avec lui.

Si vous ou votre père souhaitez évoquer la situation sous forme d'échanges, vous pouvez nous contacter 7 jours/7 de 8h à 2h au 0980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ou par chat via notre site "alcool info service" de 14h à minuit.

Bien cordialement

---

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service
- Comment aider un proche