

USÉE ET ÉPUISÉE

Par **Profil supprimé** Posté le 16/12/2019 à 11h27

Bonjour à tous,

J'ai besoin de vous raconter mon histoire avoir d'avoir quelques témoignages qui m'aideront peut être à mieux vivre la situation.

Je vais essayer de faire court mais je ne suis pas sur d'y arriver. J'ai 30 ans, et mon père s'est mis à boire de façon régulière lorsque je devais avoir 3 ans, mêmes si avant l'alcool coulait à flot tous les weekend. Je l'ai donc quasi toujours connu alcoolique. Je vous passe le nombre de cures qu'il a fait (la 1ère j'avais 9ans la dernière et relativement récente) ça tiens toujours 1 mois puis tout repart en vrille. Il est de caractère anxieux, plus ou moins dépressif donc tous au long de sa vie, s'il n'y avait pas d'alcool c'était les cachets (anxiolytiques à très forte dose et en nombre bien plus élevé que la posologie recommandée). Toujours dépendant d'une substance, majoritairement l'alcool même si aujourd'hui il mélange encore les deux.

Ma mère a tenue bon pendant des années, qui n'ont d'ailleurs pas été simples tous les jours. Ça va faire 9ans qu'ils se sont séparés et je pense sincèrement que c'était la meilleure chose à faire pour ma mère, elle avait déjà sacrifiée une sacrée partie de sa vie sans aucune reconnaissance et aucun résultat... (malgré tout c'est quand même lui qui est parti car il a rencontré une gonzesse dans un centre psy! C'est fou!)

Bref aujourd'hui il vit seul, cette femme n'est pas vraiment bienveillante, il n'a jamais été aussi bas que depuis qu'il la fréquente mais bon là n'est pas le problème.

Il y a un an et demi il a fait une crise cardiaque, il a même subit un arrêt cardio respiratoire, en gros il est mort sur le brancard des pompiers, et ils l'ont ranimés. Un coup dure mais prévisible au vue de son hygiène de vie... Je me suis dit « le vie lui laisse une deuxième chance » en espérant qu'il la saisisse, ça aura tenu 3 mois après son triple pontage... pendant ces 3 mois j'ai vraiment cru récupérer mon père d'avant, qui n'avait pas griller tous ses neurones, qui a une vraie conversation, que articule. Bref ce fut de courte durée, depuis il a bien replongé, refait des séjours dans des cliniques psy et toujours le retour seul chez lui est fatal.

Je ne sais plus quoi faire, il est dans une détresse énorme mais il n'arrive pas a s'en sortir, et moi j'assiste à son suicide impuissante... on est bien d'accord qu'avec un triple pontage ses vieux démons vont avoir raison de lui...

Il n'est plus dans le déni depuis près de 2 ans mais je n'arrive plus à l'aider, je ne sais plus quoi faire...

J'aimerais tellement discuter avec des personnes vivant la même chose...avoir d'autre point de vu. Je suis usé de tous ça, et je ne sais vraiment plus quoi faire

Help-me

1 RÉPONSE

Moderateur - 16/12/2019 à 11h50

Bonjour Kassou,

Nous vous recommandons notamment d'entrer en contact avec l'association Al-Anon qui est une association qui organise des groupes de parole pour les proches (conjoints, enfants) de personnes alcooliques. Cela répondra à votre besoin d'entrer en contact avec des personnes qui vivent la même chose que vous. Voici le site de l'association : <http://al-anon-alateen.fr/>

Bien sûr les échanges sur ce forum, votre participation peut-être aussi à d'autres fils de discussion, sont également une manière d'en parler avec des pairs.

Concernant votre père il est déjà fondamental qu'il ait pu reconnaître son problème d'alcool. Cela ne fait pas tout mais c'est déjà un premier pas important. Il est cependant confronté à une spirale d'échecs et d'hospitalisations qui ne l'encouragent pas à vouloir se battre "malgré tout". Peut-être alors - mais nous imaginons que vous avez déjà essayé de le faire - faut-il lui suggérer de se rendre à un groupe de parole de personnes alcooliques. Il y a de nombreuses associations en France qui ont de tels groupes : Alcooliques Anonymes, Vie Libre, Alcool Assistance, la Croix Bleue, la Fédération "Joie et Santé"... Ces groupes accueillent les personnes là où elles en sont, sans jugement. Cela pourrait créer autour de lui un environnement plus propice pour lui donner envie de combattre sa maladie alcoolique.

Cordialement,

le modérateur.
