

AIDER MA MÈRE QUI NIE SON ALCOOLISME

Par Emmag76 Postée le 24/08/2021 17:21

Bonjour, Depuis environ 2017, je vois mère âgée de 51 ans boire de plus en plus, c'est à dire dès le matin au réveil, à chaque repas et dans la journée. Récemment j'ai constaté qu'elle boit même au volant. J'ai peur pour elle et quand je lui demande pourquoi est ce qu'elle boit elle me dit qu'elle a juste besoin de ça de temps en temps mais que tout va bien. En 2018, mes parents ont divorcé mon père lui a complètement arrêté de boire et ma mère en revanche consomme de façon exponentielle. Son entourage fais la sourde oreille et ne rend pas compte de cette addiction. Je lui ai dit qu'elle devrait se faire aider mais elle nie et change de sujet. Comment est ce que je pourrais l'aider ?

Mise en ligne le 26/08/2021

Bonjour,

Nous saluons votre volonté d'aider votre mère et comprenons bien votre désarroi face à la banalisation de sa consommation et les prises de risques associées.

A la lecture de votre message, vous évoquez une augmentation des consommations suite au divorce de vos parents et nous pouvons penser que votre mère trouve dans l'alcool un apaisement à des émotions négatives envahissantes. Ainsi que vous pouvez le constater, il nous semble important d'insister sur le fait que vous n'avez pas le pouvoir d'agir directement sur la consommation de votre mère afin qu'elle arrête de boire malgré vos efforts et votre volonté.

C'est pourquoi, en évitant de parler de l'alcool, tenter de lui dire votre souhait de la voir aller mieux, de prendre soin d'elle, de partager des moments agréables avec elle, pourrait peut-être vous apporter des éléments de réponse sur ce que votre mère attend de vous. Il est possible que ne se sentant pas jugée sur sa consommation, elle soit davantage à l'écoute de ce que vous lui dites.

Nous comprenons un entourage fuyant et il arrive que cette réaction soit générée par le désarroi, l'embarras et la crainte du conflit. Aussi, poser la situation avec des mots simples avec les plus proches de votre mère, dire votre inquiétude pour elle et votre besoin de soutien pourrait éventuellement leur permettre de s'impliquer. Là encore, sans forcément parler de la consommation mais plutôt dans l'encouragement à prendre soin d'elle.

Avoir un parent en difficulté avec l'alcool est souvent synonyme de désarroi, de souffrance ce qui nous amène à vous dire l'importance de ne pas rester seule dans cette situation.

Pour cela, nous vous invitons à vous rapprocher d'une Consultation d'aide à l'entourage. Nous vous joignons un lien ci-dessous. C'est un accueil non payant, confidentiel et anonyme à la demande. Il est préférable d'appeler pour prendre rendez-vous mais vous pouvez y passer spontanément si vous le souhaitez, seule ou accompagnée d'une personne avec qui vous êtes en confiance, ami (e), membre de la famille.

Les professionnels sont spécialisés sur la question des addictions et si votre mère reconnaissait au cours d'un échange avoir besoin d'un soutien thérapeutique face à son mal-être et à ses difficultés à gérer ses consommations, de la même façon, elle pourrait se rapprocher d'une consultation individuelle, confidentielle et gratuite. Cependant, si votre mère n'est pas prête à se faire aider, nous vous encourageons à le faire pour vous.

Bien sûr, si vous souhaitez parler de cette situation dans un premier temps plus directement par téléphone, nous sommes joignables tous les jours au 0 980 980 930 de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé) ou par chat de 8h à minuit via notre site.

Bien cordialement

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

CSAPA LAMARTINE

22 rue Lamartine
76600 LE HAVRE

Tél : 02 35 43 04 57

Secrétariat : Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 18h, le mercredi de 10h à 18h

Accueil du public : Consultations sur rendez-vous

Voir la fiche détaillée