

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# PROCHE ALCOOLIQUE DANS LE DÉNI

---

Par **Elisa59** Posté le 15/08/2022 à 00h26

Bonsoir,

Je viens sur ce forum car je ne sais plus quoi faire et j'ai besoin d'en parler pour obtenir de l'aide...

J'ai 24 ans et ma mère a un problème avec l'alcool.

Heureusement ce n'est pas tous les jours mais c'est assez fréquent, quand on reste longtemps à table qu'il y a des repas où elle ne conduit pas elle finit par boire en excès et le problème c'est qu'elle a l'alcool très mauvais (insultes, elle ne fait que lancer des "pics" pour envenimer les choses, voir agressivité physique parfois).

Ça fait des années mais j'ai l'impression que c'est de pire en pire... Plusieurs fois elle a voulu prendre la voiture dans cet état là, et ce soir 1ere fois que je la vois faire ça je l'ai surprise à boire à même bouteille de rosé parce que j'avais vidé son verre (voyant son état déjà bien alcoolisé...).

La 1ere chose qu'elle fait en rentrant du boulot c'est boire don verre de vin.

J'ai déjà essayé de lui en parler calmement le lendemain, lui dire de se faire aider, bien sûr je me suis déjà énervée aussi... Rien y fait pour elle elle n'a pas bu.

Même qd elle ne marche plus droit et qu'elle parle plus très bien elle nous dit qu'elle n' a pas bu...

Comment aider qqn qui ne veut pas reconnaître qu'elle a un problème ? Ça ne peut plus durer, je voudrai qu'elle arrête avant de tuer qqn en prenant la voiture ou autre...

Merci

## 4 RÉPONSES

---

**Pepite** - 16/08/2022 à 09h50

Bonjour Elisa59,

Bienvenue sur ce forum.

Vous avez 24 ans et la proximité affective avec votre mère liée à votre histoire complexifie votre communication. Ce sont les peurs qui dominent votre relationnel. Quelle est la place de l'amour dans votre histoire commune ?

Je comprends parfaitement vos inquiétudes qui sont légitimes et vous attendez que votre mère agisse alors que cela dure depuis des années.

Pourtant le seul changement immédiat viendra de vous. Pour cela, prenez du recul face à elle en vous centrant sur vos valeurs, ce qui compte pour vous, ce qui est important pour vous.

Apprenez (ce qui demande son temps) à vous connecter à votre corps, à ressentir ce qui vous submerge, à identifier vos émotions. L'idée étant de devenir consciente de votre fonctionnement pour apaiser l'égo et découvrir votre inconscient...

Un thérapeute pourrait vous guider dans ce chemin. Appelez un CSAPA de proximité et/ou la ligne d'écoute au 0800 23 13 13 pour partager ce qui vous pèse.

Je vous invite à lire "la puissance de l'acceptation" et "km 0".

Réfléchissez et écrivez dans un cahier ce que vous trouvez injuste, les rejets que vous éprouvez depuis toujours.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépité

**Pepite** - 16/08/2022 à 09h52

Désolée pour l'erreur du numéro d'appel.

C'est le 0980 980 930.

Belle journée

**Elisa59** - 18/08/2022 à 21h53

Je vous remercie pour votre réponse mais ce n'est pas moi qui ai besoin de changer, moi je veux simplement éviter qu'il y ait un drame un jour...

Je cherche un moyen de lui faire prendre conscience de cette maladie...

Pour moi le seul changement c'est de partir pour ne plus subir de soirée comme cela.

---

**Pepite - 19/08/2022 à 08h29**

Bonjour,

Je comprends votre réaction qui est normale. C'est votre chemin.

La ligne d'écoute ici vous fera également du bien.

Enfin j'aime bien cette analyse d'Einstein :

"la folie est de toujours se comporter de la même manière et de s'attendre à un résultat différent."

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépité

---