© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Mes parents et l'alcool

Par Profil supprimé Postée le 20/02/2012 20:12

Mes parents sont tous les 2 de jeunes retraités de 62 ans, parents de 2 filles de 38 et 32 ans.
Ma soeur et moi avons grandi dans un contexte familial où les repas ont toujours été bien arrosés : apéritifs, vin à table, parfois digestif.
Dans que nous étions dans le contexte, nous nous rendions pas compte à quel point les proportions bues par certains membres de la famille étaient énormes.
Nous avons eu une tante alcoolique, tout le monde "savait" et personne n'a rien dit pour l'aider, et elle s'est éteinte dans la douleur.
Aujourd'hui, c'est mes parents que je regarde boire.
2-3 verres de rosé en apéritif, 2 verres de vin minimum à table, le midi, le soir, tous les jours. Et plus le week-end ou quand il y a des amis ou la famille.
Il y a quelques années, ma soeur aînée leur avait fait la remarque "qu'ils buvaient trop" et ils ont été fâchés plusieurs mois, et ils n'ont retenu de cette histoire seulement "qu'on les avait traité d'alcoolique".
Je n'étais pas présente à ce moment-là et je n'ai rien dit.
Aujourd'hui, je partage le même logement qu'eux avec mon mari et de les voir boire tout le temps devient un vrai calvaire pour nous.
Ce soir, ils viennent de rentrer d'une journée famille où ils ont du bien consommer à en juger par leurs yeux rouges, leur façon de parler fort, leurs phrases qui n'ont plus trop de sens.
Je sais que dès qu'il rentre à la maison après 19h, ils seront dans cet état là, alors mon mari et moi mangeons seuls parce que nous ne voulons pas les voir comme ça. Ils se mettent à dire des choses idiotes, à rabâcher sans cesse le passé (car ils ne racontent que des souvenirs passés, on entend 30 fois les mêmes choses).
Je sais très bien (car j'ai testé l'approche à plusieurs reprises) que si je leur parle d'alcool, ils vont se braquer et on finira pas se disputer. Pourtant là, ce soir, j'en ai marre, j'ai honte d'eux (même si mon mari sait et les voit aussi). ça me dégoûte de les voir ainsi, ça me met en colère et malgré tout, je me sens nulle et petite car je n'arrive pas à communiquer à ce sujet avec eux. Leur avenir me fait peur, il n'y a pas une journée sans alcool, pas une.
Et le comble, c'est qu'ils n'ont plus de médecin traitant alors qu'ils ont des soucis de santé type diabète, hypertension.
Que faire ? Là, je ne sais pas.
C'est 2 têtes de mules qui n'acceptent aucune remarques, et rancunier comme pas possible.

Mise en ligne le 21/02/2012

Bonjour,

Vous nous posez la question "Que faire?". Que faire vis à vis de vos parents pour lesquels vous êtes inquiète mais qui ne veulent rien entendre ou que faire pour vous qui subissez une situation devenue insupportable?

S'agissant des consommation abusives de vos parents, vous ne pouvez rien faire sans qu'ils le veuillent eux mêmes. C'est à dire que vos parents pourraient être aidés à diminuer, voire à arrêter leurs consommations d'alcool à la condition qu'ils le souhaitent. Peut-être même pourraient-ils y parvenir seuls, sans aide extérieure, mais encore une fois faudrait-il qu'ils en aient l'envie. Il est fort possible que vos parents n'aient pas conscience du caractère excessif de leurs consommations d'alcool, la culture familiale n'y est sans doute pas pour rien ainsi que le fait d'être d'une génération qui a été moins alertée sur les addictions. Il se pourrait que vos discussions à ce sujet soient "explosives" parce que finalement vous ne parlez pas des mêmes choses, vous ne mettez pas le même sens derrière les mêmes termes ou les mêmes concepts.

S'agissant de vous, nous comprenons bien votre inquiétude vis à vis de vos parents mais vous exprimez également beaucoup de colère, de peur, de honte et de dégoût pour reprendre vos termes. Vivre sous le même toit semble rendre la situation encore plus difficile puisque vous dites que c'est un calvaire, au point d'adopter des stratégies pour les éviter.

Vous pouvez continuer à leur faire part de vos inquiétudes concernant leur santé, les encourager à revoir un médecin pour leurs problèmes de diabète, d'hypertension, vous pouvez également continuer à tenter de les faire réfléchir sur le caractère abusif de leurs consommations d'alcool en lien avec ces problèmes de santé mais vous ne pourrez pas les obliger à consulter.

En revanche, vous pourriez trouver de l'aide pour vous même puisque pour l'instant c'est à vous que cela pose problème. Toutes les consultations d'alcoologie proposent, au delà de la prise en charge des usagers d'alcool, de recevoir les personnes de l'entourage qui comme vous se sentent démunies et inquiètes pour leurs proches. Ces consultations individuelles, confidentielles et gratuites, pourraient vous permettre de vous décharger de certains sentiments lourds à porter (honte, culpabilité, colère...) et ainsi aborder les choses différemment avec vos parents. Vous trouverez ci-dessous une consultation de ce type dans votre ville.

Si vous le souhaitez, vous pouvez également nous joindre par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7/7 de 8h à 2h) pour prendre le temps de discuter plus avant de ce qui vous inquiète et qui vous met en colère.

Cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA Episode

2 bis, boulevard Ernest Perréal
Villa Alphonse Mas - 1er étage

34500 BEZIERS

Tél : 04 67 76 18 38
Site web : www.episode34.com
Secrétariat : Lundi, mercredi, jeudi de 9h à 13h et 13h30 à 18h, Mardi de 13h à 18h, Vendredi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Psychologue le lundi de 13h30 à 17h30 et le mercredi de 13h30 à 17h30, éducateurs les mardi de 13h30 à 19h30 et jeudi de 13h30 à 16h30. Consultations au Point Accueil Ecoute Jeunes dans les locaux de la Maison des Adolescents, 92 avenue Jean Constans à Bé

Voir la fiche détaillée