

Vos questions / nos réponses

## Fille d'alcoolique en détresse

Par [Alcool Info Service](#) Postée le 24/10/2014 22:08

Bonjour

Que faire avec ce sentiment profond d'impuissance de vulnérabilité

Quand ce parent est plus que tout dans votre vie mais en même temps votre plus grande faiblesse

Alcoolique depuis des années elle le reconnaît

Je comprends ses raisons sa détresse ses malheurs

Je suis tjs présente pour lui arranger la vie le quotidien j'essaye d'être la meilleure fille au monde

Elle ne veut pas se soigner

Elle a entamé un suivi psycho en centre d'addictologie mais a abandonné

Puis un autre psy puis a abandonné

Des problèmes sont tjs la en rentrant le soir quand elle est seule dit elle

L'alcool, la dépression + une maladie récente ..je crains chaque jour que le mélange détonnant des médicaments et de l'alcool ne me fasse plonger en enfer en recevant un mauvais coup de téléphone un jour

J'ai besoin d'être en contact permanent avec elle pour m'assurer qu'elle est encore en vie

Je ne vis pas je survis à travers elle

Je l'ai déjà trouvé au sol à vérifier si son souffle était tjs présent il y a plusieurs années

J'ai cette blessure indélébile

Je ne veux pas intégrer un groupe d'aide

Elle non plus

Je ne suis pas sur place

Quelques proches le sont mais ont baissé les bras et se déplacent en cas d'urgence uniquement

Elle n'est pas dans le déni du pbm de l'alcool en soi, sauf quand on lui demande si elle a bu

Ce n'est pas tout le temps qu'elle va boire mais par période, période de stress d'angoisse de contrariété, les dates anniversaire de ses malheurs passés etc

J'ai essayé la patience, la douceur, l'agressivité (bien que ce soit à éviter comment garder son calme sans tenter de faire un choc électrique)

Rien n'y fait

vivre ma vie sereinement j'ai abandonné l'idée

C'est la première fois que je le partage ainsi

Je ne sais même pas pourquoi ni quelle réponse j'attends

À vrai dire j'ai au fond de moi la conviction qu'il n'y a rien à faire

Des qu'elle ne me répond pas au téléphone je crains le pire

Des que j'ai un appel en anonyme je crains le pire

Comment avancer et vivre avec de telles balafres sur son cœur et ses tourments psychologiques

...

Conduire qqn à se soigner la démarche a déjà été faite et entamée mais jamais poursuivie

Quand bien même je m'encourage à reprendre elle ne souhaite pas expliquer et trouve le dialogue

inutile

Je n'ai jamais voulu passer par la procédure d'hospitalisation sous contrainte qui ferait bien trop de ravages dans notre relationnel

Le préjudice par ricochet de la maladie de l'alcoolisme ...j'en suis la preuve vivante  
Mais suis je condamnée  
Est elle condamnée

---

**Mise en ligne le 27/10/2014**

Bonjour,

Comme vous le dites, vous êtes impuissante devant la détresse et la consommation de votre mère. Vulnérable parce que vous soutenez votre mère et que la situation que vous décrivez et qui semble perdurer depuis des années paraît particulièrement accablante pour vous. Vous êtes désemparée et nous comprenons la situation difficile que vous vivez. Sachez pourtant que ni vous, ni votre mère n'êtes condamnées...

La guérison de votre mère ne dépend pas de vous; seule votre mère peut décider de sa vie. Elle a entamé plusieurs démarches de soins ce qui est très positif. Votre mère est au début de son parcours de soin, parcours qui nécessite du temps. Ainsi, plus une dépendance s'installe dans le temps, plus il est difficile d'en sortir. Arrêter n'est pas seulement une question de volonté, c'est une démarche individuelle qui peut prendre du temps à s'élaborer.

Vous semblez aujourd'hui éprouver une très grande souffrance en lien avec celles de votre mère, au point de ne pas arriver à avancer dans votre vie. Il nous semble essentiel de faire le point sur la manière dont vous appréhendez votre relation. Peur, blessures, mal de vivre, désinvestissement sont autant de sentiments qui nuisent à votre vie personnelle. Savoir adopter une juste distance avec votre mère est, au vu de ce que vous nous décrivez, une nécessité pour vous.

Nous savons que c'est une démarche difficile tellement l'on aimerait voir le proche s'en sortir. Aussi, nous vous encourageons fortement à vous faire aider psychologiquement. Le but n'est pas d'abandonner votre mère mais que vous puissiez prendre le recul nécessaire et envisager l'avenir sous un jour meilleur. Vous pouvez dans cet objectif prendre contact avec un psychologue ou psychothérapeute, exerçant en libéral ou en CMP (Centre Médico Psychologique).

Nous vous conseillons vivement de prendre aussi contact avec un de nos écoutants au **0980 980 930** (ligne de "Alcool Info Service", gratuite et anonyme depuis un poste fixe, tous les jours entre 8h et 2h du matin).

Votre mère peut également nous appeler pour être soutenue, conseillée et réorientée vers une structure adaptée si besoin.

Prenez soin de vous.

---

