

BESOIN D'AIDE POUR UN PROCHE

Par **Profil supprimé** Posté le 16/01/2016 à 00h20

Voilà j'ai un souci j'ai ma belle mere qui est alcoolique les souci et que mon mari a peur de lui dire et moi aussi peur qu'elle ce braque du coup on c'est pas comment faire car c'est entrain de la tuer car en plus elle est diabetique et elle se soigne comme il faudrai es ce que quelqu'un pour me dire comment l'aider sent qu'elle nous fasse la tête? merci d'avance

1 RÉPONSE

Moderateur - 02/02/2016 à 12h40

Bonjour Mimine49,

C'est simple : vous ne pouvez pas espérer régler un problème sans parler de ce problème. Vous ne pouvez malheureusement pas éviter de prendre le risque de vous faire rejeter dans un premier temps. Néanmoins lui en parler est bien ce qu'il faut faire !!

Après il y a manière et manière d'en parler. Ce qu'il faut éviter c'est de la juger et de dire qu'il suffise qu'elle arrête de boire pour s'en sortir. Si votre belle-mère est alcoolique alors d'abord elle en a probablement plus ou moins conscience mais c'est douloureux pour elle de le reconnaître. Elle se sent certainement impuissante par rapport à cela, elle pense peut-être que l'alcool est le plus fort ou alors que c'est un moindre mal pour elle face à ses problèmes de santé ou autres. C'est pour cela qu'une réaction prévisible si vous lui en parlez c'est qu'elle nie sa situation ou qu'elle la banalise, la minimise. Néanmoins elle sera aussi sensible au fait qu'on s'inquiète pour elle.

L'inquiétude pour elle est ce qui doit conduire votre manière d'en parler. Ne vous focalisez pas tout de suite sur les solutions mais évoquez tout simplement ce que vous avez constaté et la peur que vous avez que cela dégrade encore plus sa santé. Reconnaissez que vous n'avez pas la solution pour elle mais que vous vous tenez à sa disposition pour l'aider si elle le demande. Votre mari peut lui redire son amour pour elle et que le fait d'en parler ne change rien pour lui vis-à-vis d'elle.

Il pourra se passer un long temps avant qu'elle reconnaisse le problème et qu'elle accepte de se faire aider. Mais si vous restez à ses côtés sans la juger, en lui offrant votre soutien, alors à force de temps elle pourrait accepter de faire quelque chose. Parfois cela va plus vite et la personne alcoolique, face aux remarques de son entourage, décide d'essayer de faire quelque chose.

On peut se sortir de la consommation d'alcool. Il y a des aides pour cela. Il y a les mouvements d'anciens buveurs qui offrent des groupes de soutien chaleureux. Il y a aussi les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui, gratuitement et sur rendez-vous, aident les personnes à mettre en place un plan pour s'en sortir et les soutiennent sur le long terme. Constitués d'équipes pluridisciplinaires, ces CSAPA reçoivent aussi, sachez-le, l'entourage des personnes concernées pour des informations, des conseils, un soutien.

Pour trouver l'adresse du CSAPA le plus proche de chez vous ou de chez votre belle-mère vous pouvez utiliser notre rubrique "Adresses Utiles" : <http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>

Pour en parler, vous pouvez aussi nous appeler : 0 980 980 930 (8h-2h).

Cordialement,

le modérateur.
