

## MON PAPA EST ALCOOLIQUE

---

Par **Profil supprimé** Posté le 11/04/2018 à 13h21

bonjour,  
j'ai 16ans, je ne sais plus quoi faire mon papa est alcoolique depuis longtemps et ma maman le quitte car elle en a marre. bien sur on a tout fait pour lui venir en aide. on a essayer de lui en parler ma mère, ses copains et moi même. Mais il n'écoute personne, il ne veut pas entendre qu'il est malade et qu'il faut se faire soigner.  
Quand, il boit il est agressif, nous parle mal, nous insulte.. il boit tous les jours, et pire le week end. Il ne se rend pas compte qu'il a détruit sa famille. quand on lui a dit pour la séparation il n'a rien dit, pas posé de question rien.  
Quand on veut aborder le sujet de l'alcool, il se braque ou il en rigole et dit que c'est nous qui nous faisons des films.  
il ne parle presque pas, il sait a peine quel bac je passe à la fin de l'année. Après je me suis dit, que on ne devient pas alcoolique comme sa, il faut un déclencheur, je me suis dit peut être le décès de son papa en 2011 pourrait être ce qui a déclenché mais je ne sais pas.  
Comme je vous le dit j'ai du mal a savoir ce qu'il ressent.  
aujourd'hui je ne sais plus quoi car je pense à tous les bons moments que on passe ensemble quand il n'est pas bourré c'est juste super. mais il y a tous les mauvais que je ne pourrai jamais oublier..  
Maintenant, j'ai besoin que on m'aide, est ce que serait-il une bonne idée de l'inscrire aux Alcooliques Anonyme ?, mais je ne vais pas lui faire dans son dos et si je lui en parle il va me dire que c'est moi qui est malade.

il faut a tout pris m'aider car mon papa malgré tous sa je l'aime et je ne veux pas le perdre à cause de cette alcool qui s'aggrave de jours en jours.

Que dois-je faire ?

merci.

## 2 RÉPONSES

---

**Moderateur** - 13/04/2018 à 11h21

Bonjour GCPDJ82,

Votre papa semble souffrir d'un grave problème d'alcool en effet. Cependant il ne reconnaît pas son problème. On appelle cela le déni.

Lorsqu'une personne alcoolique est dans le déni, les discours consistant à lui dire qu'il "faut se faire soigner" ne sont pas entendables. Ils suscitent même en réponse de l'agressivité et les insultes ou la culpabilisation de l'autre ne sont alors pas rares.

Cela ne veut pas dire que vous avez tort sur le diagnostic du problème mais il y a un décalage entre vous et lui. Ce que vous pouvez faire dans ce cas-là c'est essayer d'aborder les choses autrement. Je vous recommande de ne pas lui parler de son problème mais de partir de vous-même. Plutôt que de lui dire "tu es alcoolique et tu dois te faire soigner" vous pourriez par exemple lui dire "on passe de super moments quand tu n'as pas bu et j'adore ça, j'aimerais qu'on ait plus souvent des moments ensemble comme cela toi et moi". Il s'agit en fait de passer par un autre chemin qui consiste à identifier vos propres besoins non satisfaits à cause de cette situation et à lui demander son aide pour les satisfaire. Il est important que vous disiez "je" au lieu de "tu" et d'aborder vos problèmes plutôt que les siens. Cela changera radicalement la relation que vous avez avec votre père sur ces sujets. Vous vous mettez en position d'être celui qui a un "problème" et vous demanderez de l'aide à votre père. C'est une manière indirecte de l'inciter à "faire quelque chose". C'est à lui de voir ce qu'il peut faire pour vous aider et boire moins souvent lorsque vous êtes là est par exemple une option.

Ce n'est qu'un exemple de ce que vous pourriez faire pour agir "autrement" et qui peut favoriser des changements chez votre père. Je vous recommande d'explorer ces questions avec des professionnels ou de rejoindre un groupe de parole avec des personnes dans la même situation que vous. Par exemple votre mère et vous - car cela la concerne aussi - vous pouvez prendre contact avec un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Les consultations sont gratuites et confidentielles. Les professionnels qui y travaillent pourront vous guider dans ce que vous pouvez ou pas faire ou dire avec votre père. Une autre aide possible pour vous serait de rejoindre un groupe de parole de l'association Al-Anon/Alateen. Cette association est dédiée à l'aide à l'entourage des personnes alcooliques. Voici son site internet pour que vous puissiez notamment voir s'il y a un groupe accessible pour vous : <http://al-anon-alateen.fr/>

Pour trouver l'adresse du CSAPA le plus proche ou tout simplement pour "en parler" vous pouvez appeler notre ligne d'écoute au 0 980 980 930 ouverte tous les jours de 8h à 2h. La rubrique "Adresses utiles" de ce site vous donnera aussi des adresses : <http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>

Bien entendu je reste à votre disposition dans ce forum.

Bien cordialement,

le modérateur.

---

**Profil supprimé - 11/05/2018 à 03h28**

Comment tu vas? Mon Dieu comme je te comprends j'ai vécu la meme chose à ton age. J'en ai 25 maintenant et si je peux te donner un conseil c'est vraiment de penser à toi. Quand j'ai eu mon bac il m'avait insulté tellement il avait bu. Ce jour si important pour moi s'est transformé en cauchemar. Aujd'hui il est encore present, il est malade son etat s'empire mais je l'aime, ca resre mon papa. Plus personne ne veut s'occuper de lui sauf moi. Toutes ces annees de souffrance m'ont laisse sequelles Donc si jpeux te donner un conseil à ton jeune age c'est de prendre du recul. J'ai essayé de le changer telleemnt de fois mais c'est comme vouloir pousser des murs. Te dire que sa propre fille n'a pas reussi a le changer c'est tres dur. Mais j'aurais du prendre plus de recul car apres tout on ne devrait pas autant subir. Il a choisi son chemin. Pense à tes etudes, profite avec tes amis on n'a qu'une seule vie d'ado. Ton papa comme le mien, finira je l'espere par comprendre l'importance d'arreter.

Bien a toi

Lilou

---