FORUMS POUR L'ENTOURAGE

MA MÈRE

Par Nitneuk Posté le 15/11/2021 à 09h43

Bonjour , je viens à vous pour vous compter mon histoire , et avoir vos avis de ce que je doit/peut faire car honnêtement , je suis un dans un floue total concernent tout ça .

Je suis un jeune homme de 28 et je réside encore chez ma mère de 56 ans qui a un problème d'alcool .

Je dois d'abord préciser qu'elle est la femme la plus gentille , généreuse et aimante que l'on puisse trouver . Qui donnerait n'importe quoi pour ma sœur et moi .

Tout à commencé quand j'avais une dizaine d'année lors du décès accidentel de mon père en décembre 2003 . Ma mère a commencé à boire , mais à l'époque je n'avais aucunement la conscience de la chose . J'ai compris que ce n'était pas normal durant l'adolescence lorsque moi même j'ai découvert l'alcool et ses effets , elle était alors en couple avec mon Ex beau-père qui vivait donc chez nous . J'ai commencé à remarquer les verres de whisky sec qu'elle enchainait quasiment tous les soirs et ce fut le début d'engueulades avec elle lorsqu'elle essayait de me parler mais disais des choses totalement incompréhensibles .
Je lui disait que je ne comprenais pas , surtout qu'elle avait conscience de son état et se forcer à sur-articuler chaque syllabes , ce qui lui donnait une manière de s'exprimer qui me rendait dingue . A plusieurs reprises , j'ai essayé d'en parler avec mon beau-père , mais lui s'en foutait clairement qu'elle soit sobre ou non . Tant qu'elle était consciente pour coucher avec lui ça allait ....
Il ont fini par se séparer à la période ou j'ai atteint la majorité . J'ai commencé à travailler et forcément vouloir prendre mon indépendance. Chose que je n'ai pas faite par peur ... Peur qu'elle fasse tout cramer .
A cette période son ébriété est devenu quotidienne et j'ai pris l'habitude de me relever dès que je l'entendait partir dans sa chambre afin d'aller inspecter la cuisine pour voir si elle n'avait pas laissé le four ou les plaques de cuissons allumées , et c'était souvent le cas . A plusieurs reprises j'ai essayé de lui parler , mais je confesse de l'avoir sur un ton probablement trop agressif et réprobateur .
J'ai vécu pendant plusieurs années avec l'angoisse qu'un malheur se produise si je devais partir du foyer .
Et là arrive le mois de Décembre 2018 , j'ai pu réaliser un rêve qui était de partir en voyage en Californie . Trois semaine ou pour la première fois je vie par moi même, et surtout loin de ce foyer et de ses problèmes . Je n'ai pas eu peur de partir car à ce moment là ma grande sœur était revenu vivre dans le foyer familial le temps qu'elle se retrouve un logement .
Le seul problème était que je serais à 10 000 km de la maison pour Noël . Et le 26 j'ai reçu un appel de ma sœur en pleure. Elle m'expliqua que la veille , notre mère complétement "déchirée" l'avait insulté et dit un tas de choses vraiment horrible . J'ai instantanément appelé ma mère pour lui demander des explications . Elle m'a dit qu'elle n'aurait jamais du dire ce qu'elle lui avait dit , mais en même temps elle l'avait cherché car je cite " si je ne peux même pas boire un verre chez moi à Noël " . J'ai essayé de lui faire comprendre qu'il y avait une différence entre boire un verre et se bourrer la gueule et que dans tous les cas , un comportement comme le sien était inexcusable , mais en vain .
Je suis rentré quelques jours plus tard , et dans la semaine qui suivi je l'ai trouvé sur le canapé ou elle avait l'habitude boire tous les jours de 18h à 00h, complétement alcoolisée .
J'ai commencé à lui parler de manière tout à fait douce et j'ai essayé de lui faire comprendre la position dans laquelle elle nous mettait , des conséquences que ça pourrait avoir , de nos inquiétudes .
Elle a fondu en larme et promis qu'elle allait tout faire pour changer .
A partir de ce moment là , elle ne picola plus le soir, recommença à diner ,et allait se coucher plus tôt . J'eu le sentiment que l'on se dirigeais dans une bonne direction .
J'ai commencé un nouveau travail dans lequel je me suis investi totalement , au point où j'ai abandonné toute vie sociale/activités , juste pas de temps pour ça , encore moins pour une recherche d'appartement . A tel point que je ne faisait que croiser ma mère le soir en rentrant et je trouvais qu'elle allait bien.

Seulement voilà , il y a 3 mois , j'ai posé un après midi de congé pour aller chez le médecin , je suis donc rentré à 13h ce jour là , et quand j'ai ouvert la porte j'ai entendu ma mère se lever et partir dans le couloir d'un pas rapide , je l'ai vu aller dans sa chambre et tourner à gauche là ou se trouve des placards.Quand elle est revenu , les premiers mots qu'elle m'a dit on était , " qu'est ce que tu fais là ? " .
J'ai compris sur le champ que ça n'était pas bon . Les hasard de la vie font que juste après j'ai quitté mon emploi , et donc je repasse des journées complètes à la maison et j'en ai profité d'avoir du temps pour enfin chercher un logement . Et je la voit toute la journée forcément, quand elle rentre des courses , la première chose qu'elle fait c'est aller dans sa chambre avec les courses avant de les ramener dans la cuisine , bizarre non ? De plus , elle va se coucher entre 20h30 et 21h30 , et ne se lève qu'entre 9h et 10h , et la lumière de sa chambre reste allumé toute la nuit . Si je ne mange pas à la maison , elle ne mange pas , et surtout , le matin au réveil , elle sent ... fort ...

Et il reste ce placard vers lequel je l'ai vu aller , ma sœur m'avait dit une fois il y a longtemps qu'un des placard était fermé à clé et qu'elle planquait des choses . Je n'ai jamais cherché à savoir ce qu'il y avait dedans mais là je devais savoir . Quand elle parti faire des courses , je suis allé dans sa chambre , effectivement un des placard est fermé à clé . J'ai commencé à chercher la dite clé , mais je n'ai pas eu à chercher longtemps , elle était posé sur une étagère juste au dessus.
J'ai mis la clé dans la serrure et j'ai ouvert le placard .
Dedans il y a , je ne sais pas , 20 , 30 , 40 bouteilles de whisky , pleines , vides , à moitié vides .
J'ai maintenant la confirmation . Je me pose comme question de savoir si pendant 3 ans elle se cachait ou si c'est réapparu il y a un an après la mort de notre chien .

Je ne sais pas ce que je peux faire maintenant , je sais qu'elle est consciente de son problème , mais j'ai la sensation qu'elle l'accepte et a décidé de vivre comme ça . Du coup j'ai arrêté les recherches d'appartement.
Je ne sais pas ce qui pourrait de passer si je partais , elle serait dans une solitude complète .
Il y a un ou deux ans , elle nous a dit qu'elle avait souscrit à une assurance qu'elle allait payer jusqu'à ses 65 ans et qui prendrais en charge la totalité de ses funérailles , qu'elle avait fait ça pour qu'on ai pas ce problème sur les épaules . C'est extrêmement triste à dire mais avec ma sœur nous nous sommes regardé et nous étions d'accord tous les deux , elle n'atteindra jamais cette age.
Si vous me demander , sachez que je ne me suis jamais tourné vers le médecin de famille tout simplement car c'est un tocard , qui ne fait qu'enchainer les patients pour faire ses chiffres, la preuve en est , ça fait 15 ans qu'il la suit et n'a jamais rien remarqué .
J'angoisse de devoir enterrer encore un autre membre de ma famille avant mes 30 ans . Mais je n'en peux plus , elle me bloque ma vie depuis 10 ans , je ne sais juste pas quoi faire
J'éprouve plein de ressentiments envers elle sur pleins de sujets qui aurait pu rendre ma vie totalement différente si il n'y avait pas eu l'alcool. Qui fait que j'ai un côté de moi qui me dit de partir et la laisser dans " sa merde ". Mais si il devait arriver quoi que ce soit, je ne le supporterais pas . Mais je supporte plus non de vivre comme ça .

Je doit apporter des précisions sur ma mère , elle ne travaille plus depuis qu'elle s'est marié avec mon père . Elle avait des amies , elle faisait des activités en extérieur qu'elle a arrêté du jour au lendemain. Elle passe ses journées dans le canapé à regarder des séries télé. A plusieurs reprise avec ma sœur , nous lui avons offert diverses activités pour la faire sortir , voir des gens , mais elle n'a jamais rien fait . Je l'ai connecté sur mes comptes Netflix / Amazon pour qu'elle puisse regarder ses séries , mais elle ne comprend pas le principe . Elle regarde quelques épisodes d'une série pour voir si elle aime bien , et si c'est le cas , elle achète l'intégrale en DVD parce qu'elle préfère . Ce qui m'amène au dernier point qui m'angoisse . Les finances .... J'ai vraiment peur qu'elle se mettent dans la merde ! entre l'alcool , les DVD , les cigarettes , et l'enorme erreur que j'ai commis en lui faisant découvrir les services Uber eats et deliveroo , je n'ose pas imaginer le prix de ses dépenses chaques semaine .

Si vous avez le moindre conseil , s'il vous plait , dites le moi .

je suis perdu .

Q.

5 RÉPONSES

Pepite - 15/11/2021 à 18h00

Bonjour Nitneuk,

Je suis impressionnée par votre récit. Non pas par votre détresse mais par tout l'amour que vous avez pour votre mère.
Mais voilà, à quel prix ?

Celui de votre vie d'homme, de l'aventure sociale, amoureuse et familiale que vous pourriez expérimenter. Est-ce cela que vous voulez ?
Personne ne peut décider à votre place.

Pourtant vous êtes perdu, noyé dans la culpabilité parce qu'elle est totalement dépendante de vous, de votre sœur.

Vous avez sécurisé son environnement qui profite à son addiction. Et elle, vous sécurise t'elle ?

Que représente pour vous le soutien ?
Vous soutient elle ?
Quel soutien souhaitez vous lui apporter ?

Vous dites que votre mère est gentille, généreuse et aimante.
Comment agit elle face aux difficultés inévitables de la vie ?

Les blessures de l'existence, les épreuves font partie de notre condition humaine. Nous avons des facteurs de protection ou de vulnérabilité pour les affronter. On peut les renforcer avec une base de sécurité affective, l'action, la marche, en développant l'empathie et la gratitude.
Mais il n'y a pas de progrès sans crise : affronter le problème.
Pour se remettre d'un trauma, une aide extérieure comme un psychiatre (CSAPA par ex) est parfois nécessaire.

Prenez de la distance. Faites une introspection sur vous, vos valeurs, vos projets. Prenez comme boussole la cohérence dans vos décisions.

Tout est communication. Réfléchissez à son malheur et dites JE quand vous vous exprimez.

Vous êtes une belle personne. A croire que la souffrance sculpte des joyaux.

Prenez soin de vous,

Pépite

Moderateur - 17/11/2021 à 10h12

Bonjour Nitneuk,

Votre mère sembler tisser des relations de dépendance avec les choses et personnes qui l'entourent aussi bien qu'avec l'alcool. Vous êtes en première ligne et cela vous empêche, vous en avez conscience, de vivre votre propre vie.

Je vous invite à vous autoriser à faire un pas de côté avec un professionnel type psy pour quelques séances de débriefing sur cette relation, vos responsabilités et les décisions que vous pouvez prendre. Il n'est jamais simple de partir mais il est tout aussi indispensable de mener sa propre vie. Notez aussi que parfois c'est lorsque le proche ou les proches prennent de la distance que la situation arrive à se débloquer. Partir n'est pas forcément négatif comme ce n'est pas forcément l'abandonner.

Concernant l'alcool vous n'êtes pas responsable de l'alcoolisme de votre mère (vous le savez) ni de son évolution. Vous pouvez chercher à la protéger et à l'aider mais cela a des limites et un coût pour vous. La solution passe forcément par votre mère et ce qu'elle souhaite faire. Prenez conscience notamment que si lui en parler et l'encourager est ce qu'il faut essayer de faire, l'assister dans sa vie, faire à sa place les choses qu'elle devrait faire est en revanche contre-productif. Il n'est pas toujours facile de savoir ce qui relève de l'aide utile ou de l'assistance.

Quant aux finances sachez qu'il existe différentes modalités d'aide à la gestion : de la surveillance en passant par l'accord entre vous sur ce que vous pouvez gérer pour elle jusqu'à la mise sous tutelle qui est une démarche juridique. Aucune de ces "solutions" ne favorise cependant son autonomie et sa responsabilisation.

Enfin, indéniablement, votre mère a la chance de vous avoir. Vous n'allez cependant pas la "sauver", vous pouvez juste essayer de l'aider. Encore une fois c'est à elle d'avoir le sursaut pour essayer d'arrêter et chercher l'aide nécessaire pour qu'elle y arrive. Sachez que c'est toujours possible et que cela arrive même dans des situations qui semblent désespérées et sans issue.

Cordialement,

le modérateur.

Nitneuk - 27/09/2023 à 21h43

Bonjour à vous , et merci pour vos réponses .

Je n'ai pas donné suite à ce poste la vie vivant sont cours .

Ma présence ici aujourd'hui est malheureusement très triste car en me levant en ce matin du Mercredi 27 Septembre, lorsque je n'était encore qu'entrain de me demander si j'avais envie d'un café ou non avant d'aller travailler, j'ai pu trouver ma mère inerte sur le canapé . Après avoir vérifier son pouls et sa respiration qui était inexistant j'ai donc contacté les secours et prodigué un massage cardiaque en attendant leurs arrivés .

J'ai appris plus tard à l'hopital qu'un vaisseau sanguin avait pété dans son cerveau entrainant l'arrêt de ses fonctions sans la moindre chance de s'en sortir .

A l'heure ou j'écrit ce post , il est exactement 21:31 ,ma soeur et moi ne pouvant qu'attendre de voir lequel entre son coeur ou son cerveau va cesser de fonctionner en premier .

La crainte que j'avais qu'un malheurs puisse arriver s'est produite .
Je doit avouer que je ne sais pas comment organiser mes pensées à ce stade , et surtout n'ayant jamais fait face aux démarches résultantes d'un décés .

Une vie d'excès de tabac et d'alcool à eu raison d'elle .
Les médecins l'avait mise en garde , mais a décidé d'ignorer ses problèmes .
Etait-ce volontaire ou n'avait-elle juste pas conscience de sa propre santé , je ne le saurais jamais .

Ainsi ce termine cette histoire , j'espère que dans cette tristesse je vais pouvoir en ressortir du positif , penser à moi et à ma vie , et ne pas commettre les mêmes erreurs .

J'ai beaucoup de rage de ma vie la concernant et avec cette finalité .
Mais j'aime ma mère . Et jamais je ne pourrais, ni voudrais l'oublier .

Merci Maman....

Sunshine - 29/09/2023 à 20h29

Bonjour Nitneuk,

Je viens de lire sur ce fil de discussion votre histoire, et cela m'a énormément touchée.
L'alcool est un fléau qui détruit des vies, pas que la vie des consommateurs. L'impact à tous niveaux est tellement grand que je me demande chaque jour pourquoi c'est un produit légal.
Bref.

Ou que soit votre maman à cet instant, je suis sure qu'elle est très fière de vous, et qu'elle vous aime de tout son cœur. C'est très touchant et courageux de votre part de revenir sur le forum pour nous faire part de cette malheureuse issue.
Vous avez tout fait pour l'aider et vous pouvez être fier de cela.

Courage à votre famille dans cette épreuve.

Joyava - 05/10/2023 à 14h00

Bonjour Nitneuk,

De tout cœur avec toi. J'ai également perdu ma mère à cause de l'alcool. Cela fait maintenant quelques années. Je garde en moi une certaine colère envers elle alors que c'était une femme adorable qui faisait tout pour ces enfants. Je ne comprends toujours pas pourquoi elle n'a pas fait plus d'efforts pour arrêter, pourquoi ces mensonges et le ressenti que je ne valais pas la peine que l'on s'arrête pour moi.

Je garderais toujours cette dualité dans mon deuil, j'ai parfois honte de la façon dont je parle d'elle, me sent une fille indigne.

J'espère que tu arrivera à faire la part des choses de ton côté et n'ai pas honte de tes émotions qui peuvent être contradictoires. Tu aura probablement une montagne de choses à régler, te souhaitant beaucoup de courage pour affronter tout ça.