

Vos questions / nos réponses

## Alcool

Par [Profil supprimé](#) Postée le 22/05/2014 14:33

Bonjour,

je vous est adressé un message hier qui parlé de mon père, j'essaye de remettre un peu ordre dans ma vie, se qui me ramène à vous posez une autre question. J'ai eu pendant longtemps des problèmes avec mes grands-parents car ils ont un problème d'alcool, ils deviennent très agressif quand ils sont sous alcool. Exemple: Quand j'avais 6 ans je ne supporté pas de dormir sans lumière et ma grand mère c'est mis à m'insulter de salope le jour de noël, parce que je voulais pas dormir sans.

C'est un exemple parmi tant autre. Aujourd'hui ma grand mère est gentil avec moi par devant et par derrière elle est vraiment focus, du coup je ne veux plus la voir, ça me fait trop de mal. Je me demande comment on peut faire quand des proches ont ce genre de problèmes ? Est-ce que ne plus leurs parlaient est une solution ? Je me sent mal de réagir comme ça, mais je n'arrive pas vraiment à leurs parler, mon grand père est agressif naturellement du a une vie très dur (perte de deux enfant, accident de voiture, maltraitance ...). Je me sent perdu, j'aimerais les aider, mais je crois qu'il ne veulent pas vraiment sortir la tête de l'eau et avoué qu'ils sont alcoolique.

Merci d'avoir pris le temps de lire ce message et surement d'y répondre.

Cordialement

Yuna H.

---

**Mise en ligne le 22/05/2014**

Bonjour,

Vous avez fait le choix de vous préserver de la souffrance que vous faisaient vivre certains membres de votre famille. Il est en effet essentiel, lorsque l'on se rend compte que l'on ne supporte plus certaines relations maltraitantes pour soi, d'arriver à s'en extirper si l'on trouve les ressources nécessaires pour pouvoir le faire. Malgré le sentiment de culpabilité qui en découle, vous avez fait le choix d'arrêter de les cotoyer, ce qui vous donne certainement plus de chances de trouver votre équilibre.

Il est très difficile d'aider des personnes sans pouvoir communiquer serainement avec elles, et cela est d'autant plus compliqué lorsque l'on a fait le choix par défaut de se préserver en prenant du recul. Leur agressivité peut être potentialisée par leurs consommations d'alcool, mais c'est avant tout l'expression de leur personnalité, construite durant de nombreuses années à travers leur souffrance.

Si vous en ressentez le besoin, il peut être aidant que vous puissiez être soutenue psychologiquement pour vous aider à assumer les choix difficiles mais probablement nécessaires que vous avez faits. Le centre de soins en addictologie dont nous vous avons déjà donné les coordonnées lors de votre première question peut être un lieu adapté pour cela, les professionnels spécialisés y travaillant recevant les personnes de l'entourage de consommateurs. Nous vous rappelons aussi que vous pouvez nous contacter par téléphone tous les jours de 8h à 2h au 0800.23.13.13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, au coût d'une communication locale d'un portable au 01.70.23.13.13).

Cordialement.

---