

ALCOOLISME: IMPACT SUR LA FAMILLE



Fondation Armand slavic

Dr. Richard BEAUVERD

OBJECTIFS

- Connaître l'existence des dysfonctions au sein d'une famille vivant avec un(e) alcoolique
- Pouvoir identifier le rôle des proches dans la facilitation de la maladie alcoolique
- Savoir conseiller les proches pour « sortir » de leur co-dépendance
- Avoir une attitude ouverte et non jugeante à l'égard des proches des malades alcooliques
- Conseiller un proche vers une aide pour lui-même

CO-DEPENDANCE

-Réponse réactive et soumise à la maladie alcoolique de l'un des membres d'une famille



-Apprise (ou innée il n'y a aucune preuve de cela)

-Emotionnellement malsaine

-Altère la communication



Caractéristiques

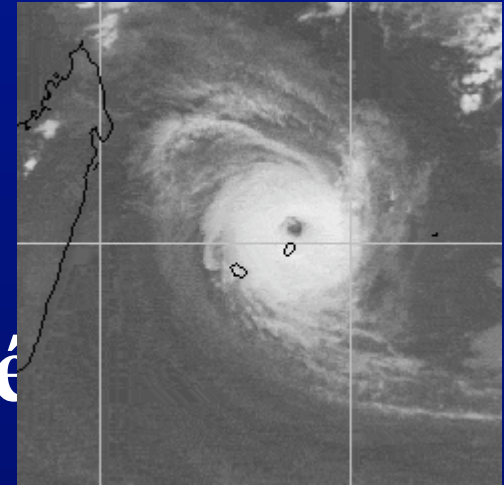
-Centrée sur le dépendant

-inconsistance, imprévisibilité

-règles arbitraires, illogiques

-humiliante voire violente

-Inefficace pour changer l'alcoolique



Famille fonctionnelle

BUTS:

- Être heureux
- Vivre en harmonie
- Réussir
- Etre liés
- Avoir chacun son propre rôle
- Etre confiant



Famille dysfonctionnelle

MODIFICATIONS DES BUTS:

- **La dépendance devient le BUT de la famille**
- **Le but devient être normal**
- **Survivre**
- **Ne pas parler**
- **Ne pas montrer ses émotions**
- **Ne pas faire confiance**

Modifications

- **Masquer ses sentiments et ses émotions**
- **Les comportements changent et deviennent dysfonctionnels**
- **⇒ Tout le monde devient dysfonctionnel**

le dépendant

**ment
comportement
se justifie
ne communique plus**

le co-dépendant

**excuse son
fait des sacrifices
le couvre**

Dynamique

Famille nourricière

- 1/ flexible**
- 2/ Harmonie, encourage l'honnêteté**
- 3/ Identité de chacun s'exprime**
- 4/ Communication directe, parle librement, dit ses sentiments**
- 5/ Encourage la croissance, l'autonomie**
- 6/ Fait face aux conflits**
- 7/ Comportement approprié, adéquat, constructif**

Famille dysfonctionnelle

- 1/ Inflexible**
- 2/ Confusion, on ment pour protéger**
- 3/ Pas d'identité**
- 4 /Communication indirecte: dit à ta soeur de dire à papa que...**
- 5/ Encourage la rébellion, la dépendance**
- 6/ Incapable de résoudre les conflits**
- 7/ Comportement inapproprié, destructif**

Manifestations

1/ Dén

2/ Gel des sentiments

3/ Confusion de l'identité

4/ Tendance à être des réacteurs

5/ Désir démesuré de contrôler

6/ Désir de protéger les autres

7/ Hypervigilance

8/ Faible estime de soi

Caractéristiques

- A/ Deni → qu'il y a abus d'alcool
→ qu'il y a dépendance
→ même quand c'est évident: dire que
c'est seulement un facteur de complications**
- B/ Les sentiments aigus et pénibles sont niés**
- C/ Les défenses deviennent rigides et obsessives**
- D/ La communication ouverte est bloquée**

Règles

A/ L'alcool devient inconsciemment la chose la plus importante

B/ L'alcool n'est pas perçu comme la cause du problème familial

C/ Le status quo doit être maintenu à tout prix

D/Tout le monde dans la famille doit aider et sauver

E/ Garder le secret de la famille, voir mentir

F/ Ne pas exprimer ses sentiments

1^{er} Rôle: co-dépendant principal

1- *Qualités ext:* Colère, culpabilité,
désespoir

2- *Sentiments cachés:* Répare les
pots cassés

3- *Représente pour la famille:* Responsabilité,
sécurité

4- *Caractéristiques:* A la fois sauveteur et martyr

5- *Sans aide:* S'isole, perd confiance, s'occupe de
tout, victime, aigri, fatigué, malade

6- *Avec aide:* S'occupe de soi, sait lâcher prise
des problèmes, dignité, espoir



2^{ème} rôle: héros

1. *Qualités ext:* Fait ce qui est « bien »
2. *Sent cachés:* Inadéquat, vulnérable, pas sûr de lui
1. *Représente pour la famille:* Une raison d'être fier
2. *Caractéristiques:* Réussite scolaire, sociale, sportive, professionnelle
3. *Sans aide:* Super responsable, jamais tort, « workaholic », épouse un dépendant
4. *Avec aide:* Accepte d'être faillible, responsable pour soi, pas pour les autres, fiable



3^{eme} rôle: bouc émissaire

1. *Qualités ext:* **Hostilité, colère, défie l'autorité**

1. *Sentiments cachés:* **A mal, coupable intérieurement**

1. *Représ:* **Distrait du problème de l'alcoolique**

2. *Caractéristiques:* **Cherche l'attention négative, pas de compétition avec le héros**

3. *Sans aide:* **« faiseur de troubles », échecs scolaires, délinquance, toxicomanie**

4. *Avec aide:* **Accepte d'être responsable, bon thérapeute, capacité à accepter la réalité**



4^{eme} rôle: enfant perdu

1. *Qualités ext:* **Retiré, isolé**

2. *Sentiments cachés:* **Banalise l'isolement, sans valeur**



1. *Représente pour la famille:* **Soulagement (ne cause pas de soucis)**

2. *Caractéristiques:* **« invisible », pas d'amis, suit le mouvement**

3. *Sans aide:* **Peu d'énergie vitale, problèmes d'identité sexuelle**

4. *Avec aide:* **Indépendant, doué, créatif**

5^{eme} rôle: mascotte-clown

1. *Qualités ext:* **Fragile, immature, besoin de protection**
1. *Sentiments cachés:* **Peur, déprimé, se sent seul**
2. *Représente:* **Sait faire rire**
3. *Caractéristiques:* **Hyperactif, peu de concentration, problèmes scolaires**
4. *Sans aide:* **Ulcères, ne supporte pas le stress, clown compulsif, épouse un héros**
5. *Avec aide:* **Prend soin de soi, bon sens de l'umour** **mais plus clown**



Traitement de la Co-dépendance

- **Sortir de ces rôles**
- **Apprendre à exprimer ses émotions**
- **Se détacher**
- **S'occuper de soi**
- **Vivre pour soi**
- **Ne pas être responsable de la maladie du dépendant**

Objectifs

Apprendre à se respecter

Retrouver le respect pour l'autre

Rompres l'isolement

Recréer des liens

Réapprendre à faire confiance

Partager

1/Tendances CO-D

- **Un sens exagéré de la responsabilité pour l'action des autres**
- **A confondre l'amour et la pitié**
- **A faire plus que leur part**
- **A être blessés lorsqu'on ne reconnaît pas leurs efforts**
- **Une dépendance malsaine dans leurs relations**

2/Tendances CO-D

- **Un besoin démesuré d'approbation et de reconnaissance**
- **Un sentiment de culpabilité face à eux-mêmes**
- **Besoin de contrôler les autres**
- **Manque de confiance en soi et dans les autres**
- **Crainte d'être abandonné**
- **Difficulté d'identifier ses sentiments**

3/Tendances CO-D

- **Rigidité/difficulté à s'ajuster aux changements**
- **Problèmes avec ses barrières / intimité**
- **Colère chronique**
- **Recourt au mensonge / manque d'honnêteté**
- **Communication pauvre**
- **Difficulté à prendre des décisions**

Conclusions

- **Les proches ne sont pas responsables de la maladie alcoolique du dépendant**
- **Ils sont impuissants pour le faire arrêter de boire**
- **Ils sont responsables pour eux-mêmes**
- **Ils peuvent l'aider en plaçant des limites qu'ils devront pouvoir tenir**
- **Le but est aussi de faire entrer l'alcoolique en ttt.**