

Niveau élémentaire

1., Pour aujourd'hui, je vous propose des articles avec un sujet vraiment sérieux: le problème d'alcool des femmes.

Une consultation d'alcoologie réservée aux femmes

Elles ont la trentaine, viennent de fêter leurs 40 ou 50 ans... Elles bossent. Beaucoup. Cela pourrait être votre sœur, votre meilleure amie, votre voisine ou votre collègue. Peut-être même vous... Ce qu'elles ont toutes en commun ? Elles boivent. Pour oublier. Pour arrêter de penser. Pour s'anesthésier. Pour ne plus souffrir.

Ces femmes, le service d'addictologie Moreau de Tours les prend en charge à l'angle de la rue Alésia et Broussais, dans le 14^{ème} arrondissement de Paris. Il faut sonner avant de pénétrer dans un petit jardin où les bancs sous les arbres invitent à la réflexion. Elles arrivent, échangent parfois quelques mots ensemble. Fument, lisent, téléphonent. Fument encore. Ces femmes actives se rendent ici une fois par semaine. Parfois plus. A l'accueil, Rachida. Pétilante infirmière, elle connaît toutes les patientes par leur prénom. La porte de son bureau n'est jamais fermée, on vient ici prendre un café. Parler. Plaisanter. Se confier surtout.

Emilie Poyard

Niveau intermédiaire

1., Pour aujourd'hui, je vous propose des articles avec un sujet vraiment sérieux: le problème d'alcool des femmes.

MYRIAM, 36 ANS: «C'EST EN RAISON DE BLESSURES IMMENSES QUE JE BOIS»

« Je viens ici depuis septembre. J'ai rencontré un homme avec qui je veux faire ma vie et qui me fait confiance. Je ne veux pas le perdre et je ne veux pas perdre ma vie. Il faut quelque chose qui motive pour s'en sortir. J'ai passé dix années à être dépendante. L'alcoolisme au féminin est solitaire : je ne buvais jamais en société. Je buvais le soir chez moi ou en cachette. J'ai toujours continué à travailler, parfois dans des états pas possibles mais je cache bien. On fait semblant que tout va bien, on endosse des rôles, on ne dit rien. Mais même si on dissimule, l'entourage s'en rend bien compte. Mais on est dans le déni. Moi, l'alcool ne me rend pas agressive, je suis triste et après je vais dormir. Le plus compliqué ? La culpabilité et la dépendance. On est aliéné : il y a un besoin immense de consommer, comme une boulimique. C'est une addiction. La culpabilité intervient les lendemains difficiles quand on doit aller travailler. C'est toujours une défaite : on n'est pas fière de soi. J'ai le sentiment de perdre mon énergie, ma créativité : l'alcool est destructeur. Je continue de boire mais j'ai un espoir. Avant, je n'en avais pas. J'ai déjà eu des périodes d'abstinence, des moments où la quantité est moindre. Mon ami est au courant de ma démarche, on m'aide mais on ne peut pas m'empêcher de boire : il y a des hauts et des bas. Il ne faut surtout pas de jugement et beaucoup de confiance : c'est une belle preuve d'amour. C'est en raison de blessures immenses que je bois (NDLR : ses yeux s'emplissent de larmes, elle ne donnera aucune autre explication). L'alcool est un remède à la souffrance. Si on a envie de s'abrutir le soir, c'est que vivre est difficile. Seule, on ne peut pas s'en sortir. Je continue à travailler et heureusement car si on reste chez soi, c'est foutu. Je vais au groupe de parole aussi : je ne me sens pas jugée et la parole est libérée, comme cathartique. On ne se sent pas toute seule. Je redoutais de tomber dans un service avec de vieux alcoolos. L'alcoolisme des hommes est différent, peut-être parce que leur souffrance n'est pas la même... »

Emilie Poyard Le 21/06/2010

Niveau supérieur

1., Pour aujourd'hui, je vous propose des articles avec un sujet vraiment sérieux: le problème d'alcool des femmes.

GRUPE DE PAROLE: DES FEMMES FACES À L'ALCOOL

Depuis janvier, les femmes qui se débattent avec l'alcool peuvent participer à un groupe de parole à l'hôpital Sainte-Anne à Paris. Encadrées par une psychologue et une infirmière, c'est l'un des moyens pour ces femmes de mettre des mots sur leurs maux. Sans aucun tabou.

Elles sont sept femmes ce mercredi à participer au groupe de parole. Tout démarre par un tour de table pour prendre des nouvelles. Certaines sont abstinentes, d'autres luttent contre elles-mêmes presque à chaque instant pour ne pas boire. Aux commandes pour animer l'atelier, Rachida Messen, infirmière, et Elsa Taschini, une psychologue. Ici, on vient pour vider son sac. « Elles utilisent ce groupe de parole comme dépôt, elles déversent tout ici alors qu'elles mentent parfois à l'extérieur, aux autres », expliquent les professionnelles.

Catherine explique qu'elle n'a pas bu une goutte d'alcool depuis quinze jours. Elle a perdu son mari il y a un an et demi, doit s'occuper de son fils et quand la pression devient trop forte, elle s'assomme avec l'alcool. Depuis dix ans, elle se rend régulièrement à des réunions des Alcooliques Anonymes.

Marie prend alors la parole. S'ensuit le récit d'une descente aux enfers entre pression professionnelle et vie de maman solo. Elle raconte comment elle a perdu son boulot et son permis le même jour. Un déclic ? En tout cas, elle ne boit plus une goutte d'alcool depuis 15 mois. Son témoignage est précieux pour celles qui viennent de commencer à se soigner.

La plus jeune des participantes a une vingtaine d'années. Hospitalisée, Sandra ne sort que pour venir assister au groupe de parole et s'inquiète de l'avenir de son histoire d'amour : « J'ai vu mon copain : il dit qu'un truc est cassé entre nous. Quand il était à la maison, je buvais derrière son dos. Il m'en a voulu de lui mentir : quand il me disait 'tu as bu ?', je répondais 'non'. Je n'en pouvais plus, je buvais même au travail. » Gwen explique qu'elle connaît bien ça : « Je prends une petite bouteille de vin blanc dès 10h pour me donner du courage avant d'aller bosser ».

Presque toutes travaillent. Et cachent à leurs collègues et supérieurs leur maladie. Tant qu'elles peuvent. Nora est l'une d'elles. Elle est prof et raconte la culpabilité qu'elle rencontre au quotidien. La culpabilité de ne pas faire bien son métier. La culpabilité de ne pouvoir résoudre ni les problèmes des élèves ni ceux de ses collègues. Elle aussi essaye de tourner la page. Il y a eu des rechutes, et désormais des journées sans alcool. « C'est difficile émotionnellement : j'ai eu cinq crises de larmes cette semaine, mais je ne me dis pas 't'as qu'à reboire !'. L'alcool m'a plus apporté de difficultés que résolu des problèmes. »

Myriam ressent aussi la violence du monde professionnel : « je suis déprimée, je prends des coups dans le travail, comme si on me matraquait. Boire c'est mon biberon, cela me rassure. Je bois pratiquement tous les jours, une demi-bouteille et parfois beaucoup plus... Pour supporter la journée, je pense 'ce soir, y'a l'apéro qui t'attend'... » Au quotidien, ces femmes dissimulent bien souvent à leur entourage qu'elles vont mal. Elles rivalisent d'énergie pour jouer la comédie. Et arriver à leurs fins. Catherine raconte ainsi comment elle cachait ses bouteilles dans les placards de la salle de bain.

Elles échangent des confidences, s'excusent quand elles se coupent la parole. Certains moments se font plus graves, ici on ne parle que si l'on en a envie. Rachida et Elsa sont là pour les rassurer, les écouter, les « recadrer » aussi parfois. Les plus jeunes sont assises à côté, l'une se mordille un ongle tandis qu'une jambe se balance, un portable sonne, rappelant la vie réelle qui se déroule au dehors. A la fin de la consultation, Myriam donne son numéro à Gwen. Pour qu'elle l'appelle si elle se sent partir un peu trop loin...