VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

COMMENT RÉAGIR (ALCOOL)

Par Profil supprimé Postée le 12/04/2011 23:12

bonjour, je suis en couple avec mon compagnon depuis + de 2 ans. Au début de notre relation je trouvais qu'il avait une sacrée "descente" en soirée mais je mettais ça sur le compte de la fête. J'ai commencé à m'interroger quand j'ai vu qu'il n'était jamais malade après avoir beaucoup bu (ex à un mariage il a bu 5-6 coupes de mousseux, 2 grandes bouteilles de bière, un verre de pissang, une bouteille de vin, je n'est pas vu le reste, car vu son état, je suis partie) Depuis qu'on vit ensemble, je constate qu'il boit toujours une ou deux bière en sortant du boulot (il est dans la restauration), quand il a passé une dure journée c'est comme une "récompense" il dit qu'il l'a bien méritée (il boit principalement de la bière).
Ensuite quand moralement ça ne va pas, il boit 2-3 bières et quand je lui demande pourquoi il me répond que c'est comme ça, qu'il ne sait pas pourquoi il boit ou alors qu'il en avait envie. Quand il voit un pote, c'est encore une occasion de boire 1 bière ou deux. Il m'est arrivé de le voir à de nombreuses reprises, bourré à 17h30 (super de le voir comme ça quand je rentre du boulot).
Il peut se passer de boire 4-5 jours mais quand il a envie, il faut qu'il boive.
Il a vu un alcoologue qui lui a dit qu'il n'est pas alcoolique mais que s'il continue comme ça, il pourra le devenir. Mais il a dit ce qu'il voulait entendre "pas alcoolique" donc pour lui tout va bien. Sauf que moi j'en ai marre de me demander dans quel état je vais le retrouver et sa mère ne m'aide pas beaucoup car elle aussi est une "bonne vivante" donc j'ai l'impression que c'est moi qui m'inquiète pour rien et je me sens seule. Aujourd'hui encore il a fini le boulot vers 15h00, il a bu une bière à la fin du service, il est sorti faire une course, il a vu un ancien collègue (il ma prévenu par texto) et quand il est rentré vers 18h30 il était ivre.
Il est "maigre" 56 kgs pour 180cm donc il est plus vite bourré mais j'estime qu'il devrait connaitre ses limites.
Merci de bien vouloir me dire comment réagir.

Mise en ligne le 14/04/2011

Bonjour,

Votre témoignage montre vos difficultés à vivre avec une personne qui boit régulièrement et souvent jusqu'à l'excès. D'une « sacrée descente en soirée », il est passé à « de nombreuses reprises, bourré à 17h30 ». Son alcoolisation vient sans doute souligner quelque chose de l'ordre d'un mal-être (problèmes personnel, stress au travail ou autre) qu'il n'arrive pas à exprimer ou même à comprendre et qu'il ne peut ou ne veut pas vous dire.

Aussi, vous pouvez essayer aujourd'hui d'ouvrir le dialogue sur ce que vous ressentez. Votre inquiétude a l'air grandissante car vous en arrivez à vous demander dans quel état il sera à votre retour du travail. Ces sentiments de ras le bol et de solitude que vous exprimez peuvent par exemple lui être signifiés. S'ouvre alors la possibilité d'entreprendre des démarches :

De son côté, dans un centre de soins spécialisé (auprès de médecins, psychologues, travailleurs sociaux), dans un suivi à plus ou moins long terme pour refaire un point sur sa consommation d'alcool.

De votre coté, vous pouvez prendre contact avec cette même structure (dont l'adresse est ci-dessous) qui reçoit également l'entourage. Elle offre un soutien et une écoute aux personnes confrontées à l'alcoolisation d'un proche.

Enfin, vous pouvez appréhender les choses à deux et faire un point sur votre relation, au travers une thérapie de couple par exemple, ou chacun de votre côté.

Le fait d'être déjà allé consulter un alcoologue est un élément important car cela montre qu'il peut entreprendre une démarche concernant sa consommation. Ceci dit, même s'il n'a retenu qu'une partie de la phrase du médecin, l'autre partie est également à prendre en compte ; en effet s'il lui arrive de ne pas boire pendant plusieurs jours, sa consommation d'alcool ne semble pas (à vous lire) modérée. En essayant de lui faire repérer ses moments de « dérapages » ou préciser ce qu'il recherche dans ses états d'alcoolisation, principalement en votre absence, cela peut l'inviter à reprendre contact avec des spécialistes. Mais quoi qu'il est soit, il est nécessaire de prendre soin de vous et d'essayer de prendre un peu de recul face à la consommation de votre ami.

Cordialement

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

CSAPA CHU-LE PARI

57, boulevard de Metz
59037 LILLE

Tél : 03 20 44 59 46

Site web : www.lepari.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h à 16h30
Accueil du public : Consultations d'un médecin (interne) sans rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 11h (par précaution il est conseillé d'arriver entre 8 et 9h). Consultations sur rendez-vous de 8h à 16h30 du lundi au vendredi
Consultat° jeunes consommateurs : Exclusivement sur rendez-vous le Mercredi de 14h à 16h, en priorité pour les moins de 18 ans. Les 18/25 ans sont reçus en première intention au CSAPA lors des consultations du matin sans rendez-vous
Substitution : Délivrance du lundi au vendredi de 8h à 12h
COVID -19 : Mise à Jour Novembre 2022: respect du protocole sanitaire

Voir la fiche détaillée