

Aide à l'arrêt

# Vivre après l'alcool

[GOMEZ Henri](#)

Erès, 2018, 190 p.

Essai

Vivre après alcool fait partie de l'impensé du soin. En l'absence de changement de représentations, de façon de voir et d'agir, le retour de l'alcool est la règle, après un sevrage. Comment passer de la conscience douloureuse d'un manque à être à une vie épicurienne alliant, selon la formule, la responsabilité de ses plaisirs et le plaisir de ses responsabilités ? Les psychiatres, les psychologues et les psycho-praticiens sont souvent démunis face aux patients en difficulté avec des addictions.

Après le sevrage, le problème de l'après reste entier. Comment aider le patient à se donner une bonne vie ? Les thérapies cognitivo-comportementales, qui ont dominé ces dernières années l'offre d'accompagnement, manifestent leurs limites et l'espoir qu'elles avaient pu soulever dans l'optique des thérapies brèves tournées vers les solutions a fait long feu. Les changements proposés par les « clés » définissent une philosophie de vie critique, épicurienne et citoyenne où la question du sens à donner à sa vie est posée comme alternative aux logiques de l'hypermodernité : l'avoir, le paraître, les faux-semblants, l'insécurité.