

ADDICTION ?

Par Alcool Info Service Postée le 17/08/2024 11:12

Bonjour, Je fréquente un homme depuis 2 ans et j'ai l'impression qu'il est dans l'addiction. Il va prendre une bière vers 11h et cela va continuer jusqu'à tard dans la soirée avec un verre de rhum, un pichet de rouge au repas de midi et soir et même un digestif !!! Ce n'est pas récurant comme situation mais dans le mois il peut le faire 2-3 fois. Et lorsqu'il est en déplacement je ne peux savoir via nos échanges téléphoniques qu'il a pas mal bu. Les discussions sur ce point sont comme à chaque fois compliquées car il y a du déni et du mensonge. Je comprends bien qu'il y a un problème qui l'amène à boire mais je ne peux jamais amener la discussion dans ce sens comme je voudrais lui parler de cette forme d'addiction pour éviter le mot d'alcoolisme (étape suivante !?). J'aurais aimé en parler à son entourage mais voilà je n'ai été présentée à personne (ce qui est un autre problème/autre sujet). Personnellement ce lien qu'il a avec l'alcool me dérange beaucoup dans notre vie de couple, dans son comportement lorsqu'on est dehors. Et ma question est de savoir est-ce qu'il y a bien un problème avec l'alcool ? Comment aider et faire comprendre ce problème sans générer un blocage, ou si le déni fait partie d'un processus "normal" de prise de conscience et dans ce cas je dois insister ? Car à ce stade j'envisage une séparation pour mon bien déjà et épargner cela à mes enfants aussi qui se sont "amusés" à compter le nombre de bières bu à une sortie en "famille" 8 bières maman et beh !!! Dixit mon fils Et ça je ne peux l'accepter. Merci pour votre retour

Mise en ligne le 21/08/2024

Bonjour,

Nous comprenons que cette situation vous pose question.

Votre ami semble avoir des consommations excessives plusieurs fois par mois, impactant directement votre relation de couple. En cela, l'alcool pose un problème dans cette relation.

Vous avez tout à fait raison de prendre en considération la remarque de votre fils. Il est important de ne pas banaliser les consommations d'alcool, en particulier lorsqu'elles sont excessives. Nous soutenons votre besoin de protéger vos enfants de cette situation.

Nous avons l'impression que vous souhaitez aider cet homme, mais que lui n'est pas prêt à l'être. Le déni est un processus normal, il faut souvent du temps avant de prendre conscience de ses propres problèmes. Il n'y a rien que l'on puisse faire, en tant que proche ou professionnel, pour débloquer la personne. Cela doit venir de lui.

Il est toutefois possible d'essayer d'ouvrir le dialogue de temps en temps, sans jugement ni reproche. Cela permet de lui signifier qu'il y a un décalage entre sa vision des choses et la vôtre. Néanmoins, cela peut prendre du temps avant qu'il puisse se remettre en question et tenir une discussion honnête à ce sujet. Il est donc important de savoir ce que vous êtes prête à supporter dans cette relation, et combien de temps.

Le déni est un phénomène dont il est impossible de prévoir la levée: quelques mois, quelques années... Vous sentez-vous prête à accepter ses alcoolisations et les comportements qui en découlent, jusqu'à ce que lui aussi perçoive le problème ? Il vous est possible de poser certaines limites, en fonction de votre degré de tolérance, ou de certains éléments (par exemple: un nombre limite de verres lors des soirées, pas d'alcool quand il y a vos enfants, pas de contact s'il est alcoolisé...). A vous de voir si un cadre pourrait vous sentir moins impactée par cette situation, et si lui est en capacité de respecter ces limites.

Par ailleurs, nous nous questionnons sur le fait qu'il n'ait toujours pas entrepris de vous présenter à ses proches, au bout de deux ans de relation. Nous ne connaissons pas les justifications qu'il avance à ce sujet, peut-être a-t-il de vraies raisons (pas de famille ni d'amis...) mais nous nous permettons d'attirer votre vigilance. Une relation saine repose sur le respect et la confiance. Personne ne mérite d'être gardée dans l'ombre. Une relation amoureuse dans le secret peut entraîner des déséquilibres, de l'insécurité, voire des abus de confiance. Vous méritez d'être dans une relation où vous vous sentez bien, reconnue, et où vos besoins sont pris en considération.

Nous ajoutons en fin de réponse l'article de notre site internet consacré à la posture de l'entourage quand la personne est dans le déni. Sachez qu'avec toute la tendresse qui vous anime, vous n'avez pas le pouvoir de sauver votre ami. Il est très important de penser à votre bien-être. S'il n'est pas en capacité de prendre soin de vous, vous vous pouvez le faire. Votre sécurité affective et émotionnelle est une priorité.

Nous restons à disposition pour poursuivre l'échange si vous en ressentez le besoin. Notre ligne d'écoute est ouverte tous les jours sans exception: par téléphone au 0 980 980 930 de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé).

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Il ne veut pas arrêter, que faire ?