© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Comment aider un frère qui boit

Par Profil supprimé Postée le 29/10/2010 14:43

Bonjour,
nous venons de découvrir que mon frère buvait trop régulièrement, de la bierre tout au long de la journée et des alcools plus forts les soirs et WE.
Parfois il doit appeler son amie pour qu'elle vienne le chercher vers 3 H du matin, parce qu'il ne trouve plus sa voiture.
Face à la situation, nous avons tous entamé une discussion avec lui pour lui faire comprendre que cela peut devenir ingérable pour lui, que cela peut aussi des risques pour sa sécurité et celle des autres (en voiture) pour son couple une situation compliquée...
J'ai soulevé la question de quelques mauvaises fréquentations (copains) et il m'en veut d'en dire du mal...
A tout cela il répond qu'il peut s'arreter quand il veut, que l'on dramatise.
Nous venons de perdre notre mère à cause d'un cancer due au tabac et l'alcool, nous tremblons donc...
Quelle attitude adoptée ? que ne faut-il pas faire ?

Mise en ligne le 02/11/2010

Bonjour.

La situation que vous évoquez n'est pas évidente à gérer. En effet, les consommations de votre frère font écho au récent décès de votre mère. De plus, vous percevez bien les risques auxquels il s'expose par une consommation régulière comme celle que vous décrivez.
Concernant l'attitude à adopter, vous avez posé des bases importantes en privilégiant le dialogue. Si nous avions un conseil à vous donner, il irait dans ce sens. Il est fondamental de bien saisir le rôle de soutien privilégié qui est le votre et celui de toute la famille. Aussi, quelque soit le discours qu'il tienne aujourd'hui concernant ses consommations d'alcool, il paraît important qu'il percoive un soutien constant et inconditionnel de la part de ses proches. Il vous a d'ailleurs renvoyé le fait de critiquer négativement certains de ses amis.
L'aspect délicat de toute situation de ce type consiste en le fait que tout changement éventuel de conduite de la part de la personne consommatrice repose exclusivement sur sa reconnaissance d'un éventuel problème et sa décision d'en changer.
C'est pour cette raison précise, entre autres, que votre position peut être difficile à gérer dans le temps.
Relativement à votre seconde question, vous aurez compris qu'il faut éviter autant que possible les jugements de valeur concernant ses comportements, votre frère pourrait se sentir rejeté et ainsi se fermer au dialogue.

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous joindre par téléphone au 0 800 23 13 13 (anonyme et gratuit depuis

un poste fixe, de 8h à 2h, 7jrs/7) afin d'évoquer davantage la situation et d'autres pistes possibles.

Bien à vous.