

## AIDER UN PROCHE.

---

Par Profil supprimé Postée le 02/07/2015 10:40

Bonjour,

Il ne se passe pas une soirée sans que mon conjoint soit saoul. Lorsque nous en parlons le lendemain, soit il rit en prenant la situation à la légère, soit il me dit comprendre, ne boit -presque- pas le soir même, mais recommence dès le lendemain.

Il ne veut pas être aidé, étant persuadé qu'il n'a pas de problème avec l'alcool.

Comment faire pour lui faire comprendre qu'il a besoin d'aide pour arrêter de boire?

---

### Mise en ligne le 03/07/2015

Bonjour,

La situation que vous décrivez est délicate dans la mesure où vous dites que votre conjoint est persuadé de n'avoir aucun problème de consommation. Dans ce contexte, il nous semble difficile voire impossible de lui demander de stopper ses consommations puisqu'il ne se reconnaît pas en difficulté et qu'il n'est pas prêt non plus à se remettre en question par rapport à ses consommations. Pour autant, cela ne signifie pas que vous ne pouvez rien faire. Même si cette prise de conscience lui appartient et ne peut venir que de lui, vous pouvez essayer de chercher et de mieux cerner les raisons qui le poussent à consommer et qui font qu'il est ivre quasiment tous les soirs. Peut-être est-ce en lien avec des difficultés d'ordre personnelle, familiale ou professionnelle ..

Vous pouvez également ouvrir le dialogue et aborder la situation à partir de l'expression de vos propres ressentis, de vos inquiétudes par rapport à son comportement et au fait qu'il semble avoir perdu le contrôle puisqu'il lui est difficile de tenir plus d'une journée sans s'alcooliser. Pour vous aider à aborder le sujet, nous vous conseillons de prendre connaissance de cet article.

Bien entendu, tout cela n'est possible qu'avec un minimum d'échange et d'adhésion de sa part. Dans le cas contraire, vous ne pourrez malheureusement pas faire évoluer la situation de manière positive à vous seule. Vivre avec un buveur excessif qui ne se reconnaît pas en difficulté peut vite procurer un grand sentiment d'impuissance et vous confronter à des difficultés. Dans ce cas, il est important de vous faire aider et soutenir pour ne pas vous décourager. Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) reçoivent les usagers d'alcool mais aussi leur entourage, de manière confidentielle et gratuite. Vous pouvez donc vous rapprocher d'un centre de ce type si besoin. Vous trouverez les adresses proches de chez vous sur cette page.

Enfin, vous pouvez toujours nous joindre directement au 0 980 980 930, tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé) ou via notre service de chat, en vous rendant sur l'un de nos sites.

Bon courage.

Cordialement.

---