

BESOIN DE CONSEIL POUR AIDER PROCHES

Par **Profil supprimé** Posté le 08/12/2015 à 01h32

Bonjour,

Je vous écris ici car j'ai besoin de conseils. Je connais actuellement une personne dans mon entourage, Pere de famille qui est alcoolique. Il travaille, possède une maison, les enfants sont en bonne santé, vont à l'école et vont bien. Cependant cette personne a toujours eu un penchant pour l'alcool et est passé par différentes phases de son alcoolisme. Sa conjointe depuis 17 ans a subi son alcoolisme et ses différentes phases, jalousie, violences physiques, sans jamais rien dire. Aujourd'hui cette personne n'est plus violente physiquement mais a des paroles très durs envers sa conjointe, la journée il ne boit pas mais c'est le soir venu qu'il boit et alors se met à mal parler à sa conjointe, insulter et rabaisser jusqu'à s'endormir ivre. Le lendemain matin trou noir, il ne sait plus ce qu'il s'est passé la veille au soir et ne comprends donc pas pourquoi sa conjointe lui en veut. Cet alcoolisme est dû à un mal-être et a une épreuve vecu par cette personne étant petit je pense. Sa conjointe est aujourd'hui dans une impasse car très affaiblis par ces insultes, mais est consciente qu'il a un problème et souhaiterais qu'il se soigne, cependant elle ne sait ni comment s'y prendre, ni vers qui se tourner, ne voulant déranger personne. J'ai donc plusieurs questions :

- comment lui faire comprendre qu'il a un problème et le persuader de se faire aider ?
- comment aider sa conjointe qui sombre dans la dépression ? Lui faire voir une psychologue spécialisée ? Cela existe-t-il pour l'entourage des personnes alcooliques ?
- Par qui commencer ?

J'ai vraiment besoin de connaître la démarche à suivre, c'est assez urgent.

En vous remerciant par avance.

1 RÉPONSE

Moderateur - 08/12/2015 à 12h58

Bonjour,

Bravo pour votre démarche car ce n'est pas si souvent qu'un "proche de proche" cherche à aider.

L'alcoolisme repose en effet le plus souvent sur un mal-être et en crée d'autres. Mais c'est aussi cela qui fait problème : l'alcool est une "mauvaise" solution à un problème mais il reste la solution trouvée par ce monsieur. Lui enlever l'alcool c'est lui enlever "sa" solution pour se sentir mieux. C'est notamment pour cela qu'il y a souvent du déni chez la personne dépendante à l'alcool, c'est-à-dire un refus et une impuissance à se détacher de sa propre bouée de sauvetage. Il ne faut donc pas tout à fait, du moins pas aussi directement que vous semblez le suggérer, chercher à "lui faire comprendre" et à le "persuader" de se faire aider. Vous prendriez le risque de vous faire rejeter violemment et qu'il rompe tout lien avec vous. Il vaut mieux chercher à dire le problème sans le juger, sans trouver les solutions à sa place mais tout en donnant des pistes en effet. Surtout il est important de dire qu'on est là, solidaire et prêt à aider au cas où il en aurait besoin.

Mais comme vous le soulignez assez bien sa compagne est étouffée par cette situation, en souffre et à besoin d'aide. C'est par elle qu'il faut essayer de commencer car c'est la plus susceptible de chercher des solutions pour elle. Voir un psychologue, un médecin, peut déjà en effet être une aide. Mais je vous recommanderais de lui conseiller aussi de prendre rendez-vous avec un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions (Csapa). Un Csapa est composé d'équipes pluridisciplinaires (médecins, psys notamment) et reçoit gratuitement l'entourage en souffrance des personnes alcooliques. Elle pourra y parler en toute confiance de ce qui se passe pour elle, vider son sac, trouver un soutien mais aussi des idées pour agir différemment et peut-être commencer à faire bouger les choses chez son compagnon. Vous trouverez les adresses des Csapa dans notre rubrique "Adresses utiles" : <http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>

Cette dame peut aussi intégrer un groupe de parole pour l'entourage s'il en existe dans sa région. L'association Al-anon France est notamment entièrement dédiée aux proches des personnes alcoolo-dépendantes. Voici leur site : <http://al-anon.fr/>
Les associations d'anciens buveurs ou le Csapa peuvent aussi avoir des groupes de parole. Elle pourra se renseigner auprès du Csapa qui connaît normalement les groupes présents dans la région.

Cordialement,

le modérateur.
