

## COMMENT TROUVER DE L'AIDE POUR UN PROCHE QUI N'A PAS CONSCIENCE DE SON ADDICTION À L'ALCOOL ?

---

Par Profil supprimé Postée le 20/06/2016 00:03

Bonsoir,

J'ai un frère qui boit de plus en plus, il boit seul quand sa femme est au travail, cela devient dangereux pour ses enfants, pour la famille, j'ai peur qu'il brise sa vie, il a pourtant tout ce qu'il faut, mais si ça femme part, il ne s'en remettra pas.

A qui pouvons nous demander de l'aide? Nous ne savons pas quoi faire, il n'a pas conscience qu'il a un problème.

Merci

---

### Mise en ligne le 21/06/2016

Bonjour,

Nous comprenons votre préoccupation en ce qui concerne la consommation et la situation de votre frère. Vous vous demandez quoi faire et comment l'aider.

Vous nous dites qu'il n'a pas conscience du problème. Il y a souvent besoin de temps pour que la personne qui boit en arrive à se dire qu'elle a un problème. C'est une démarche qui n'est pas facile. Les proches peuvent accompagner cette réflexion quant à la consommation au moyen de discussions. Le dialogue est en effet le meilleur moyen de faire avancer les choses car, en partageant votre ressenti, vos inquiétudes, vous inviterez votre frère à se questionner. Il est important que ces échanges se passent sans jugement ni pression pour contraindre la personne à reconnaître ou faire quoi que ce soit, ce genre d'attitude ayant plus tendance à braquer le proche car il se sent agressé.

Toutefois, le dialogue ne fait pas tout, et vous ne pourrez pas obliger votre frère à avancer plus vite que ce qu'il peut faire. Cette période peut s'avérer difficile à vivre pour les proches qui se sentent très démunis et impuissants. Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) reçoivent toute personne concernée par un problème de consommation. Les proches, autant que la personne qui boit si elle le souhaite, peuvent recevoir conseils et soutien. Vous trouverez les adresses proches de chez vous via le lien proposé en fin de message. N'hésitez pas à les contacter.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler de vive voix, vous pouvez nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel non surtaxé depuis un poste fixe, anonyme, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

---

### En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service
- Comment aider un proche
- Comment me faire aider