

## AIDER UN PROCHE

---

Par Profil supprimé Postée le 05/01/2017 14:34

Comment aider un proche qui est dans le déni de la consommation d'alcool excessive et qui est violent verbalement quand il a bu?

---

### Mise en ligne le 09/01/2017

Bonjour,

Il n'est pas aisé de vivre auprès d'une personne ayant une dépendance à l'alcool et ce d'autant plus si elle se cantonne dans le déni.

Pour aider une personne, a fortiori un proche, il faut déjà que cette personne ait besoin et accepte l'aide qui lui est proposée.

Sur ces points, d'abord, nous vous proposons quelques suggestions pour discuter avec lui du problème.

Tout d'abord, choisissez un moment (et si possible un lieu) propice.

Il sera bien sûr nécessaire que le proche que vous évoquez soit sobre, et si possible que le cadre et l' « ambiance » favorisent la discussion.

Évitez également autant que possible de tout ramener à l'alcool, ce qui risque d'empêcher le dialogue. En effet vos rapports à l'alcool sont peut-être si différents que vous ne pourrez pas vous comprendre et que ce que vous direz pourra être perçu comme jugeant, voire hostile.

Concernant sa violence verbale, nous vous invitons à beaucoup de prudence et de vigilance, mais aussi si nécessaire à prendre les décisions qui s'imposent pour vous protéger ou protéger vos proches.

Parallèlement, vous pouvez vous rapprocher d'un centre d'alcoologie situé dans votre département de domicile où des professionnels vous accueilleront, écouteront et proposeront de nouvelles pistes de réflexion. Nous vous avons mis à la fin de notre réponse le lien de notre site pour accéder aux adresses de ces centres. L'accueil et l'aide y sont gratuits.

Si vous souhaitez une aide ponctuelle et si besoin une réorientation contactez-nous par tchat via notre site (gratuit et anonyme) du lundi au vendredi de 14h00 à 2h00 du matin ou au 0980 980 930 (Alcool Info Service, anonyme et non surtaxé) tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin.

Bien cordialement.

---

### En savoir plus :

- Adresses Utiles.