ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

BESOIN D’AIDE

Par naty065001 Postée le 18/08/2020 13:52

Bonjour Mon compagnon boit 6 bières par jour de très forte en alcool il est souvent ivre au début c était après le travaille mais maintenant c’est devenue une habitude et le soir il est très souvent ivre pour lui ce n’est rien mais je remarque depuis 5 ans son addiction est de plus en plus il as essye de diminuer mais il n’y arrive pas au bout de deux jours sans bière il ne se sent pas bien Comment faire pour l’aider en sachant qu il as conscience de ne pas y arriver tout seul ? Cordialment

---

Mise en ligne le 19/08/2020

Bonjour,

Dans la mesure où votre compagnon a conscience qu’il est difficile de diminuer ou arrêter seul, il serait peut-être intéressant qu’il se fasse accompagner par des professionnels.

En effet, tout consommateur en difficulté avec l’alcool peut bénéficier, de façon non payante et confidentielle, d’un suivi individuel dans un CSAPA (Centre de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Des équipes pluridisciplinaires (médecin addictologue, psychologue, éducateur spécialisé…) pourraient l’aider à mieux comprendre son rapport à l’alcool et ainsi mettre en place des stratégies de diminution/arrêt.

Il est important de bien cerner la fonction de l’alcool dans sa situation. Vous expliquez que cela a d’abord été après le travail, il est possible que la consommation d’alcool vienne alors répondre à un besoin d’évacuer le stress de la journée auquel cas, il convient de trouver d’autre manières de décompresser.

Pour ce qui est de votre place, de votre rôle, vous pouvez demander à votre conjoint ce qu’il attend de vous. L’aide peut revêtir beaucoup de formes différentes et cela peut parfois passer par des choses très simples comme encourager, soutenir, essayer de changer les idées, être force de proposition… Votre compagnon n’attend certainement pas la même de votre part que d’autres personnes de l’entourage.

Nous vous indiquons en bas de page différents articles s’adressant à l’entourage des consommateurs. Vous ne nous avez pas indiqué votre lieu de résidence, vous trouverez donc un lien vous permettant de trouver un CSAPA près de chez-vous dans la rubrique « adresses utiles ».

Enfin vous ou, bien entendu, votre conjoint avez la possibilité de nous contacter par téléphone ou par chat pour un échange plus approfondi ainsi qu’une éventuelle orientation. Alcool info service est joignable par tous les jours de 08h à 02h au 0 980 980 930 (appel anonyme et coût d’un appel local) ou par chat 7j/7 de 14h à minuit.

Cordialement

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service
- Comment aider un proche?
- Comment savoir si un proche a un problème d'alcool?