ALCOOL-INFO

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

AIDE À PERSONNE ALCOOLIQUE

Par looping16 Postée le 04/03/2021 21:31

> Mon fils âgé de 40 ans est dépendant à l'alcool : Consommation journalière de plus en plus abondante, changement de son état physique, changement de son comportement avec sa compagne. je n'ai pas encore abordé la question de l'alcool avec lui. Je m'adresse à vous après une longue conversation avec sa compagne qui n'a fait que confirmer ce que je remarquais déjà depuis longtemps. Quelle attitude et/ou comment aborder le sujet avec lui (car il fait un déni de ce comportement) et comment l'amener à consulter ? Merci d'avance.

Mise en ligne le 08/03/2021

Bonjour,

A la lecture de votre message, nous saluons votre réflexion sur l'importance de la façon dont vous allez aborder le sujet avec votre fils afin qu'il ne se sente pas jugé et qu'il puisse s'exprimer en toute confiance.

Une consommation d'alcool qui s'installe est rarement le fruit du hasard. Il n'est pas rare qu'elle vienne en réponse à un mal-être, des tensions, du stress, des émotions envahissantes…. Le produit est alors utilisé pour « abraser » les émotions. Lorsque l'usager prend conscience de sa difficulté à gérer sa consommation et commence à tenter de la réguler sans y parvenir, un conflit intérieur s'installe entre la volonté d'arrêter et le fait de ne pas y arriver ce qui peut générer une souffrance psychique supplémentaire.

Vous dites votre fils est dans le déni de ce comportement sans préciser s'il s'agit du comportement vis-à-vis de la consommation d'alcool ou des conséquences de celle-ci telle que la violence verbale vis-à-vis de sa compagne. Quoi qu'il en soit, le déni est un mécanisme de défense qui consiste à nier une perception traumatisante d'une situation. Il n'est pas impossible que ce soit pour votre fils un moyen de ne pas se confronter à cette réalité qui ne lui convient pas, cette image de lui qu'il ne veut pas voir, mais aussi la crainte du regard de ses proches, de leur jugement, de leur réaction,…. Cela ne veut pas dire qu'il n'a pas conscience du problème, bien au contraire.

Aborder le dialogue avec votre fils en lui faisant part de votre inquiétude sur son état de santé, ses changements de comportements, en tentant d'éviter d'évoquer la question de l'alcool puisqu'il semble qu'il ne souhaite en entendre parler par ses proches, valoriser ses qualités, lui dire votre capacité à entendre et comprendre d'éventuelles fragilités, pourrait vous permettre d'avoir un éclairage sur ce qui le conduit à cette consommation.

Si au cours de cet échange votre fils vous exprimait qu'il reconnaît avoir une difficulté à gérer ses émotions, sa consommation, vous pourrez alors évoquer avec lui la possibilité de se rapprocher d'un professionnel de santé ou d'un thérapeute pour être aidé.

Pour cela, il a la possibilité de se rapprocher d'un thérapeute en libéral de son choix ou d'un professionnel spécialisé sur la question de l'addiction. A ce titre, des consultations individuelles, confidentielles et gratuites sont proposées dans des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Il en existe dans tous les départements et de nombreuses villes.

Nous disposons d'une base de données nationale, si votre fils le souhaite il peut se rapprocher de notre service afin d'obtenir des informations supplémentaires et une orientation le cas échéant.

Si vous ou sa compagne souhaitez évoquer cette situation sous forme d'échanges, il est également possible de nous joindre tous les jours de 8h à 2h au 0980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ou par chat via notre site de 8h à minuit.

Nous vous joignons quelques liens issus de notre site qui pourront peut-être vous apporter quelques pistes de réflexion supplémentaires.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Comment aider un proche