

## AIDER MON COMPAGNON

---

Par Profil supprimé Postée le 09/03/2015 10:03

Bonjour, j'aimerais aider mon compagnon à arrêter de boire, ce n'est pas un alcoolisme pur et dur, mais je vais vous le décrire :  
quand il boit un verre, il ne sais plus s'arrêter, il est souvent seul quand il le fait.  
il devient agressif (non violent).  
il a eu un retrait de permis de 6 mois pour avoir conduit avec de l'alcool, a donc arrêté quasiment totalement durant la période, surtout, je pense pour pouvoir récupérer son permis, à cause des analyses de sang demandées.  
mais dès ces analyses passées, il recommence de temps en temps.  
il est conscient du problème, ne sait pas l'expliquer, mais aimerait pouvoir arrêter.  
sa consommation n'est pas quotidienne, mais comme il reprend, je voudrai l'arrêter avant une reprise plus "intense".  
il risque de perdre son travail (commercial donc besoin de son permis), s'il réitère la conduite sous l'emprise de l'alcool.  
il le sait, mais l'alcool ne sera t il pas le plus fort, comme ça l'a déjà été ?  
sa consommation ne correspond pas forcément à des périodes de stress, ça peut très bien être un jour joyeux, comme triste, ou énervé.  
il est allé en centre d'addictologie, mais leurs conseils n'ont servis à rien selon lui.  
aidez moi s'il vous plait à l'aider efficacement, cela est un corde raide pour notre couple, ainsi que la relation avec ses enfants, qui a failli exploser, sa fille ne voulait même plus le voir !  
merci par avance,  
cordialement

---

### Mise en ligne le 11/03/2015

Bonjour,

Votre mari a repris une consommation régulière d'alcool et cela vous inquiète. Vous dites qu'il est conscient du problème et qu'il n'arrive pas à arrêter. Qu'est-ce qui l'en empêche ?

Il a déjà eu une suspension de permis, il risque de perdre son travail, met en péril son couple et sa relation avec ses enfants. Toutes ces choses, aussi importantes soient-elles pour lui, ne font, pour l'instant, pas le poids face à l'alcool.

Arrêter de boire signifie renoncer à toutes ces menaces. Mais cela sous-entend également renoncer à ce refuge. Et c'est précisément cela qui est difficile.

S'il accepte que vous l'aidiez, vous pouvez réfléchir avec lui à de nouvelles habitudes à mettre en place, à des activités plaisantes à faire, seul, tous les deux ou en famille. Il ne trouvera rien qui comblera parfaitement le vide laissé par l'alcool. Il s'agit donc de fabriquer de nouveaux réflexes quand il est confronté à des moments difficiles ou heureux.

Evidemment, vous pouvez également l'encourager à rencontrer d'autres professionnels. Si le contact qu'il a eu avec les premiers n'a pas été bon, cela ne veut pas dire que personne ne pourra l'aider. C'est toujours une question de rencontre. Vous pourrez trouver d'autres adresses près de chez vous sur notre site Alcool Info Service (lien ci-dessous), dans la rubrique Adresses Utiles.

Cette situation étant particulièrement anxiogène pour vous, tout comme pour les enfants, vous trouverez un complément d'informations sur cette page; il se peut qu'à un moment donné vous souhaitiez vous-mêmes être soutenue pour gérer au mieux cette situation.

Par ailleurs, si vous ressentiez le besoin d'en parler au téléphone, vous pouvez également contacter l'un de nos écoutants au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé, de 8 h à 2 h, 7 jours sur 7).

Bon courage,

Cordialement,

---

### En savoir plus :

- Alcool Info Service