ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

EMPRISE

Par Profil supprimé Postée le 06/05/2016 09:21

Bonjour
Ma conjointe est alcoolique elle est très consciente de son problème je la laisse boire tous les soirs pour ne pas la frustrer . Mais elle me tape des grosses crise quand je veux faire des choses seule ? Maintenant qd nous sommes invitees elle ne veut plus venir ce que je peux comprendre il y a toujours de l alcool . Je vois de moins en moins ma famille et mes amis que dois je faire ? Merci

---

Mise en ligne le 09/05/2016

Bonjour,

Vous vivez une situation difficile et nous comprenons que vous ne sachiez plus quoi faire. Votre compagne boit et, pour ne pas la frustrer, vous la laissez faire. Comme elle se sent mal, elle ne veut plus vous accompagner lorsque vous êtes invitées, mais ne veut pas non plus vous laisser y aller seule.

Lorsqu'une personne a un problème d'alcool, il est impossible de faire cesser la consommation ou obliger la personne à se faire soigner si cette-dernière n'est pas d'accord. Vous avez donc raison de ne pas intervenir lorsqu'elle boit le soir ; elle seule peut décider de remettre sa consommation en question et, si besoin, de se faire aider. Vous pouvez toutefois, lorsque vous sentez que c'est possible, essayer d'en parler avec elle, partager ce que vous vivez face à cela, et l'inviter à en faire de même. Cela peut aider la personne à cheminer, réfléchir...

A côté de cela, il semble très important que vous conserviez votre vie sociale, vos relations familiales, et toute autre sortie/activité qui vous fait du bien. Vivre auprès d'une personne qui boit n'est pas facile, et il ne servirait à rien que vous alliez, vous-même, chaque jour de plus en plus mal pour n'avoir pas fait attention à vous. Nous vous encourageons à parler de cela avec votre amie, lui expliquer que ces choses vous font du bien, que vous en avez besoin pour aller bien, même si vous comprenez qu'elle n'en ait pas envie.

Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) reçoivent toute personne qui se sent en difficulté avec une consommation. Les proches peuvent eux aussi y trouver conseil 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 avec l'un de nos écoutants, 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