

QUE FAIRE À DISTANCE

Par JCC Postée le 20/06/2019 14:01

Je suis souvent éloigné de ma compagne pour des raisons professionnelles. Parfois au téléphone elle parle comme si elle avait bu. Elle me dit que ce n'est pas le cas et elle raccroche rapidement après. Elle m'a avoué qu'elle avait un pb d'alcool voilà déjà quelques mois. Que me conseillez-vous?

Mise en ligne le 24/06/2019

Bonjour,

Nous comprenons que l'éloignement professionnel vous mette dans une situation compliquée. Votre sentiment d'impuissance doit, de ce fait, être décuplé. Toutefois, le fait que votre compagne ait reconnu avoir un problème avec l'alcool est déjà un premier pas. Derrière ce type de consommation se dissimule souvent la présence d'un mal-être. L'alcool, du fait de ses effets anxiolytiques et antidépresseurs, apaise un état de tension, une souffrance. Dans un premier temps, nous vous conseillons de privilégier un dialogue ouvert, non centré sur la consommation d'alcool mais plus sur les raisons qui l'amènent à en avoir besoin. Il paraît nécessaire que votre compagne ne se sente pas jugée, ni sous pression de votre part, pour qu'elle puisse éventuellement se confier à vous et être à l'écoute de vos paroles. Pour ce faire, nous vous encourageons à parler de vous, de votre inquiétude, de vos émotions. Selon le déroulé de la discussion, selon son positionnement, sa demande, sachez que vous et votre compagne avez la possibilité d'être aidés, accompagnés par des professionnels de santé (médecin addictologue, psychologue, ...). Les consultations à cet effet se trouvent dans des CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Elles sont gratuites et confidentielles. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées des centres les plus proches de chez vous. Pour un échange plus approfondi sur le sujet ou si votre compagne souhaite nous contacter, sachez que nos écoutants sont joignables soit par téléphone au 0980 980 930, appel anonyme et gratuit, tous les jours de 8h à 2h, soit par Chat via notre site internet www.alcool-info-service.fr, tous les jours de 14h à minuit.

Bien à vous

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

ASSOCIATION: LA SANTÉ DE LA FAMILLE

190 avenue de Clichy
Batiment C
75017 PARIS

Tél : 01 71 93 82 34
Site web : www.lasantedelafamille.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 -12h30 et de 13h30-17h00
Accueil du public : Accueil individuel sur rendez-vous.

Voir la fiche détaillée

UNITÉ DE TRAITEMENT AMBULATOIRE DES MALADIES ADDICTIVES-UTAMA

Hôpital Beaujon - 4ème étage Polyclinique Jean Baumann
100, boulevard du Général Leclerc
92110 CLICHY

Tél : 01 40 87 58 84
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 16h30. Fermeture pour réunion le vendredi matin de 9h30 à 13h.

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Adresses utiles du site Alcool info service](#)