

## Y A T IL UN PROBLÈME?

Par Lucette Postée le 16/11/2020 17:14

Bonjour, je me pose des questions sur la consommation de mon copain (j'ai 28 ans, lui 30 ans et nous sommes ensemble depuis 4ans). On a toujours eu un alcool festif. Nos soirées ont un peu changé en grandissant, fini les grosses fiesta, bonjour les petites bouffes entre amis. Mais mon copain boit toujours plus que tout le monde autour de la table, au bout d'un moment il n'articule plus, n'est plus très drôle, et est le seul à se comprendre. plusieurs fois depuis que nous sommes ensemble il s'endormait sur le canapé et il était impossible de le réveiller pour aller au lit, et 4 fois il s'est uriné dessus en dormant ..... nous nous disputons tous les lendemain de soirée, je n'arrive pas à comprendre qu'il ne puisse pas s'auto dire stop à un moment (si moi je lui dis de faire doucement au cours de la soirée il s'énerve). Une des dernières prises de tête en date était en septembre, une raclette avec des amis : alors que la soirée était plutôt tranquille (les copains prenaient le volant donc n'ont pas bu) mais a 21h30 mon copain, ivre, s'est endormi à table , puis il s'est allongé sur la canapé et j'ai passé la soirée avec nos invités dans la même pièce mais lui dormait.. A la dernière dispute en octobre , il a reconnu qu'il avait peut être un soucis , il m'a dit que depuis toujours, ses ex copines et même ses parents lui l'ont fait la remarque! Il m'a avoué rechercher plus qu'une sensation d'ivresse mais plutôt une déconnexion totale , le coma Il m'a dit qu'il allait téléphoner à alcool info service pour en parler mais je sais qu'il ne l'a pas fait. Je me demande si il a vraiment un soucis ou si c'est moi qui ne suis pas assez ouverte ou assez cool ? Je ne veux surtout pas lui faire de reproches ou remettre ces mauvais souvenir sur le tapis donc j'aimerais déjà savoir si il y a quelque chose à faire dans ce cas là où si je dois essayer de l'accepter comme il est ? Merci de m'avoir lu et merci pour votre aide !

---

### Mise en ligne le 19/11/2020

Bonjour,

Vous nous expliquez bien le fonctionnement de votre copain dans le cadre de soirées où il s'alcoolise ainsi que les conséquences qui peuvent se produire.

Il est vraiment intéressant qu'il ait pu à un moment poser des mots sur sa situation, et vous expliquer que d'autres personnes lui ont déjà fait remarquer qu'il avait peut-être un souci. Il semble que quelque part, il sait qu'il recherche une forme de "déconnexion" avec la consommation excessive d'alcool. C'est une très bonne base de départ pour lui lorsqu'il se sentira prêt à aborder la question et se faire aider, que ce soit en nous appelant ou avec des professionnels du domaine de l'addictologie par exemple. Il serait intéressant, pour aller plus loin, qu'il puisse identifier ce dont il souhaite se "déconnecter totalement". Ce type de réflexion pourra aussi être abordée avec des professionnels le moment venu.

La question de "l'accepter comme il est" vous appartient bien-sûr. Néanmoins, si vous nous contactez nous pouvons imaginer que son fonctionnement vous pose problème et vous interroge. Vous parlez de disputes, manifestement cette situation nuit à votre entente mutuelle. L'entourage peut en effet parfois être affecté légitimement par les consommations excessives d'alcool d'un conjoint et leurs répercussions sur son comportement. Ces conséquences relationnelles peuvent aussi être un élément permettant d'identifier une problématique avec l'alcool.

Le fait d'avoir donné nos coordonnées à votre copain est une bonne idée. Cela lui permet de voir qu'une possibilité d'être aidé existe, et cela vous permet de proposer une piste.

S'il souhaite explorer plus avant la fonction que la consommation d'alcool peut avoir pour lui, et éventuellement être aidé pour par exemple reprendre un contrôle sur ces consommations, il existe également des lieux dédiés pouvant l'accompagner. Ces lieux sont des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). L'accueil se fait sans jugement de la part des professionnels, dans un cadre confidentiel et gratuit. Les équipes des CSAPA sont généralement composées de médecin addictologue, psychologue, infirmier....

Vous trouverez en fin de réponse un lien si vous souhaitez faire une recherche de CSAPA dans votre département.

Les CSAPA ont également pour mission de proposer une aide à l'entourage. Ainsi, si votre copain ne se sent pas prêt à une démarche et que vous souffrez ou continuez de vous interroger sur la situation, vous pouvez tout à fait bénéficier de soutien dans ces structures.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage sur votre situation, vous pouvez aussi contacter vous même un de nos écoutants. Nous sommes accessibles tous les jours, par téléphone au 0980 980 930 (anonyme et non surtaxé) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Alcool Info Service.

Bien cordialement.

---

### En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service

### Autres liens :

- Comment aider un proche?

- Comment me faire aider en tant qu'entourage?