

## AIDER MON FRÈRE

---

Par Profil supprimé Postée le 03/01/2016 18:01

bonjour. mon frere a un pbm d'alcool. il est de nature introverti et n'a jamais réellement digere le deces de notre mere il y a deja 12 ans. son pbm d'alcool s'est presente je pense du fait de pbms professionnels. il est marie et a deux enfants. ma belle soeur m'a alerte car elle n'arrive plus a l'aider et le voit s'isoler et consommer tous les soirs bcp d'alcool. elle lui a dit qu'elle finirait par le quitter s'il ne reagissait pas et a part pleurer elle ne voit aucun changement. comment puis je l'aider car j'ai peur qu'il se referme et se bloque en lui en parlant. merci

---

### Mise en ligne le 05/01/2016

Bonjour,

Votre frère a un problème d'alcool et, malgré les tentatives d'aide et de dialogue de la part de votre belle-soeur, il continue pour l'instant de boire et de s'isoler.

Avoir un problème d'alcool, c'est douloureux à accepter. Se l'avouer à soi-même, aux autres peut prendre du temps. Faire la démarche de demander de l'aide peut aussi prendre du temps... Dans cette attente, l'entourage est souvent très impuissant car personne ne peut faire les choses à la place de la personne qui boit, ni la faire avancer plus vite que ce qu'elle peut.

Votre belle-soeur est sûrement passée par différentes phases : parler pour essayer de comprendre, encourager à se faire aider... encourager encore, puis finalement menacer si rien ne change. Même si c'est bien compréhensible, cela ne sert jamais à rien de mettre la pression pour que l'autre cesse de boire. S'il le fait un temps pour que la pression retombe, les raisons qui font qu'il a besoin de boire ne sont pas pour autant réglées, apaisées, et elles finissent toujours par refaire surface.

Le dialogue et la patience, dans la mesure de chacun, sont à privilégier. Il se peut que votre frère se renferme si vous abordez le sujet avec lui, mais ne pas en parler n'a jamais fait avancer les choses. Veillez simplement, lorsque vous en parlez, à le faire de façon bienveillante, sans pression ni jugement, en gardant en tête que ce problème qui vous inquiète tous, est d'abord une solution qu'il a tenté, un jour, de mettre en place afin d'apaiser des choses trop difficiles pour lui.

Pour supporter cela, l'entourage a parfois lui aussi besoin d'aide. Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) reçoivent les personnes concernées par un problème de consommation, de dépendance. Les professionnels qui y travaillent peuvent donc accompagner autant la personne qui boit, que les proches qui en manifestent le besoin. Vous trouverez les adresses des centres proches de chez vous via le lien en fin de message. N'hésitez pas à les contacter, vous, votre belle-soeur ; ils sont là pour ça.

Pour d'autres renseignements, ou tout simplement pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, vous pouvez aussi 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 :

- Comment aider un proche
- Comment me faire aider

### Autres liens :

- Adresses utiles du site Alcool info service