

## VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

### FACE AU DÉNI DE MA COMPAGNE

---

Par bartholdi Postée le 07/07/2016 09:36

Après de nombreuses années de consommation d'alcool en catimini j'ai décidé de consulter un service spécialisée en Addictologie et j'en informé ma compagne. Protestations véhémentes déni le plus absolu  
Toutefois j'observe l'arrêt immédiat de toute consommation, mieux lui offrant un apéritif elle m'affirme j'en ai vraiment pas envie, depuis huit jours elle a perdu du poids, redevient plus active, est d'une humeur que je ne lui connaissait plus  
Je suis satisfait de ce résultat, mais me pose beaucoup de questions  
Est ce tenable ?  
Quelle attitude adopter au restaurant en famille  
Sans reconversion psychologique je ne crois pas au miracle  
Que me conseillez vous  
Je ne connaissais pas votre organisme l'alcool fait peur j'ai franchi le pas et j'en suis ravi  
Merci pour votre aide

---

#### Mise en ligne le 08/07/2016

Bonjour,

Nous avons du mal à saisir si c'est vous ou votre compagne qui êtes confrontés à ce problème d'alcool. Que ce soit elle ou vous même, vous observez déjà les effets positifs de l'arrêt des consommations (elle a perdu du poids, elle est plus active et de meilleure humeur). Avec votre soutien et dans la mesure où vous lui faites remarquer les progrès en valorisant le chemin parcouru, il est tout à fait possible que les choses continuent à évoluer de manière positive.

Dans un premier temps, il nous paraît plus "sage" d'éviter les situations à risque (restaurant, soirée entre amis etc). Si cela n'est pas possible, il vaut mieux éviter les consommations d'alcool au risque de redéclencher une envie de consommer. Il est possible d'arrêter de boire seul, sans aide extérieure, bien que nous recommandions de consulter médicalement, le sevrage brutal d'alcool n'étant pas toujours sans risque. Par rapport à l'aide psychologique, tant que votre compagne ne semble pas prête à entamer un travail thérapeutique, il nous paraît pas forcément utile d'insister, cela pourrait s'avérer contre productif et puis il n'est pas sur qu'elle en ait besoin.

Le maintien de l'abstinence se construit jour après jour et chaque journée sans boire est une victoire sur laquelle vous pouvez prendre appui.

Si vous souhaitez vous entretenir avec nous de vive voix, vous pouvez nous joindre directement au 0 980 980 930, tous les jours de 8h à 2h (l'appel est anonyme et non surtaxé).

Cordialement.

---