

## DÉCOURAGEMENT

---

Par Profil supprimé Postée le 06/08/2016 11:47

bonjour

Je me suis rendue compte que mon ami buvais plus que de raison .Cette semaine je lui ai fait plus ou moins du chantage pour qu'il se soigne .bref il a pris des rendez vous pour ce faire soigné y compris prise de sang.

je me suis absenté de la maison pendant deux jours en partant j'avais marqué les niveaux des bouteilles . j'ai constaté qu'une d'entre elle a baissé pas beaucoup mais baissé quand mm.  
je ne comprends pas il me dit vouloir ce soigné mais il continu a boire comment réagir

---

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

Bonjour,

Vous ne comprenez pas que votre conjoint continue à boire alors qu'il a pris la decision de se soigner. Nous comprenons votre questionnement.

Pour une personne qui a pris l'habitude de consommer régulièrement de l'alcool et qui au fil du temps a augmenté sa consommation, il est parfois très difficile, voir impossible d'arrêter de boire brutalement parce qu'on est devenu dépendant. Cela peut s'avérer dangereux sans suivi médical.

Votre conjoint fait preuve de bonne volonté en ayant pris rendez vous, un peu sous la contrainte certes mais il dit vouloir se soigner, cela est positif. La volonté n'étant pas uniquement le moteur dans la décision à l'arrêt, il faut parfois du temps pour que cette décision prenne effet. Vous devez savoir qu'il reste le seul à pouvoir réellement agir.

C'est en privilégiant le dialogue sans jugement que l'on peut faire avancer petit à petit les choses. En lui posant la question de savoir ce qu'il trouve dans l'alcool par exemple. Un apaisement, une fuite, un oubli ?

On ne boit pas sans raisons et une consommation peut masquer certaines blessures du passé, un mal être, des difficultés personnelles...

Nous vous encourageons à être patiente mais aussi à connaître vos limites dans l'aide que vous pouvez apporter à votre conjoint. En effet ce n'est pas toujours facile d'accompagner une personne que l'on aime et qui se détruit. Encouragez le à diminuer sa consommation en attendant ses prochains rendez vous.

Sachez aussi qu'il existe des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions (CSAPA) dans lesquels il pourrait consulter des professionnels ( médecin, psychologue, travailleur social, groupe de parole...) gratuitement et de façon confidentielle. Cela lui permettrait de bénéficier de l'avis d'une équipe spécialisée sur sa situation actuelle. Consulter un psychologue pourrait l'aider à réfléchir sur le pourquoi de ses consommations et à avancer dans le maintien à l'arrêt.

Vous avez peut être aussi besoin de soutien afin d' aider au mieux votre conjoint. Dans ces mêmes CSAPA, vous pouvez aussi consulter, au titre de l'entourage, afin d' être soutenue et conseillée. Vous trouverez une adresse en bas de page.

Vous pouvez également, ainsi que votre conjoint, nous contacter par téléphone au 0980.980.930, tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé d'un poste fixe ou d'un mobile) ou par chat via notre site

Bien à vous.

---

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

---

### SERVICE INTERSECTORIEL D'ADDICTOLOGIE - CENTRE FAMILLES ET ADDICTIONS

16 rue Alexandre Ribot  
Pôle santé de Kerigonan  
29200 BREST

Tél : 02 98 44 88 08

Site web : [www.chu-brest.fr](http://www.chu-brest.fr)

Accueil du public : Entretien sur rendez-vous : Mardi matin - Mercredi et Vendredi en journée.

Secrétariat : Mardi de 9h-12h30 - Mercredi 9h-12h00 et Vendredi de 9h-12h30 et de 13h30 à 17h00

[Voir la fiche détaillée](#)

**Autres liens :**

- [Comment aider un proche ?](#)