

## ALCOOL ET SITUATION DÉLICATE DANS UN COUPLE

---

Par Profil supprimé Postée le 15/09/2016 21:40

Bonsoir, ma question est toute simple. Comment récupérer son couple après avoir consommé de l'alcool et ne pas entendre l'appel moral de la personne. Comment trouver les mots juste pour changer et avoir envie de changer? Merci à vous de votre réponse.

---

### Mise en ligne le 16/09/2016

Bonjour,

La simplicité de votre question porte sur une problématique complexe et nous comprenons votre difficulté.

L'alcool peut s'arroger une très grande place dans un couple et compromettre sa perspective d'épanouissement et d'évolution. Il peut transformer l'alcoolique et l'amener à commettre des actes injustes, tenir des propos blessants voire humiliants. De plus si l'emprise de l'alcool lève les inhibitions, les traces qu'il laisse peuvent mettre du temps à disparaître. Les blessures seront longues à cicatriser et la confiance devra se regagner petit à petit.

Si vous nous contactez c'est que vous avez décidé de vous prendre en main. En soi, c'est un très grand pas que vous avez franchi. Nous vous en félicitons mais le chemin à parcourir est encore long.

En plus de la volonté de changer il faut également s'en donner les moyens. Nous ne savons pas si vous consommez encore. Vous ne nous dites pas, non plus, si vous êtes pris en charge pour votre problème lié à l'alcool. Si ce n'est pas le cas, nous vous invitons à l'envisager car cette démarche ne pourra que vous aider à aller mieux et à recouvrer votre indépendance.

Les mots seront bien sûr très importants, mais pour regagner la confiance, il vous faudra annoncer des actes, et vous y tenir, donner des preuves concrètes.

La thérapie de couple pourrait également être un moyen de se parler, de nommer ce qui dérange et de projeter le couple vers un horizon nouveau.

Enfin, il existe un accueil spécifique pour conjoint(e) de personne ayant ou ayant eu de problème lié à l'alcool et c'est peut-être une piste que pourrait emprunter votre conjoint(e) pour avoir de l'aide. Cet accueil est assuré par des professionnels (médecins, psychologues, travailleurs sociaux, addictologues, et quelques fois selon les centres des thérapeutes de la famille et du couple).

Nous vous avons mis en bas de page quelques adresses de ces centres situés dans votre département de résidence. Vous pouvez vous rapprocher d'eux.

Si vous souhaitez reprendre tout cela avec nous n'hésitez pas à nous recontacter par tchat via notre site (gratuit et anonyme) du lundi au vendredi de 14h00 à 2h00 du matin ou au 0980 980 930 (Alcool Info Service, anonyme et non surtaxé) tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin.

Bon courage et cordialement

---

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

---

### CONSULTATION D'ADDICTOLOGIE

2-6 cours de la Gondoire  
C.H de Marne la Vallée-site de Jossigny  
77600 JOSSIGNY

Tél : 01 61 10 64 64  
Site web : [www.ch-marnelavallee.fr](http://www.ch-marnelavallee.fr)  
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h à 18h  
Accueil du public : Consultations sur rendez-vous  
COVID -19 : Accueil avec respect des gestes barrières.

Voir la fiche détaillée

### CENTRE DE SOINS EN ADDICTOLOGIE- SITE HEVEA

6-8, rue Saint-Fiacre  
Centre Hospitalier de Meaux  
77108 MEAUX

Tél : 01 64 35 35 82

Site web : [www.ch-meaux.fr](http://www.ch-meaux.fr)

Accueil du public : Lundi: 9h-12h30 et 14h-16h30. Mardi: 10h30-12h30 et 16h-20h. Mercredi, Jeudi et Vendredi: 9h-12h30 et 14h-16h30.

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations jeunes et consultations parents, sur rendez-vous

COVID -19 : Permanence téléphonique assurée. Suivis individuels en téléconsultations . Possibilité d'un accueil en présentiel après évaluation au téléphone (urgence, traitements...)

[Voir la fiche détaillée](#)