

## COMMENT AIDER UN PROCHE

---

Par Profil supprimé Postée le 17/10/2016 09:22

Bonjour, je viens vers vous car je ne sais pas comment procéder avec mon frère qui a un problème d'addiction depuis de nombreuses années. Il a 40 ans et à en charge un petit garçon de 11 ans qu'il arrive plus ou moins à élever d'une part à cause de ses horaires de travail et d'autre part à cause de l'alcool. La plupart du temps son fils est chez sa grand mère ou un we sur 2 chez sa mère. Le souci est que mon frère pense pouvoir sans sortir seul, il minimise son addiction, il est sobre la semaine avec quelques petits ratés mais se déchaine le week end ou en tout cas les veilles où il ne travaille pas. Il boit jusqu'à perdre connaissance et est très agressif verbalement et parfois plus si on le contrarie. Ma mère est désespérée, son fils sait que papa est malade et refuse de rester chez son père lorsqu'il a bu. Personnellement suite à un gros clash avec lui après une forte consommation je me suis écartée en le fuyant lorsqu'il a consommé. J'estimais ne plus être en mesure de l'aider jusqu'à ce we où il a recommencé jusqu'à perdre connaissance. Je sais qu'il est en détresse et en l'imaginant dans l'état où l'a retrouvé ma mère hier je me dis qu'il doit y avoir une solution, Peut être que je ne sais pas aborder le sujet. Il faut savoir que mon frère est adorable lorsqu'il est à jeun, que son médecin le suit pour ce problème d'addiction avec des traitements anti depressiveurs et anxiolytiques. Il a été abstinente pendant 2 ans selon lui et a replongé. Comment puis je l'aider?

Merci d'avoir pris le temps de me lire

A bientôt

Florence

---

### Mise en ligne le 17/10/2016

Bonjour,

Nous comprenons votre préoccupation et votre inquiétude concernant la situation de votre frère. Après avoir pris un temps vos distances, vous vous demandez aujourd'hui comment lui venir en aide.

Pour aider quelqu'un qui boit, il faut tout d'abord que cette personne soit consciente d'avoir un problème, et ensuite qu'elle accepte l'aide qu'on lui propose. Si tel est le cas, les proches peuvent, par le dialogue et leur soutien, accompagner la personne dans sa réflexion et son parcours de soin. Mais rien ne peut se faire sans lui ou à sa place, et c'est pourquoi l'entourage est souvent impuissant à changer les choses tant que l'autre n'y est pas prêt. Lorsqu'une consommation d'alcool dérape, c'est bien souvent parce que la personne pense avoir trouvé dans ce produit une solution, un apaisement de ses souffrances. Par conséquent, se questionner sur le lien que l'on entretient avec le produit, ce à quoi il sert, en quoi il aide, peut aider à ce que le dialogue soit posé et constructif.

Votre frère voit son médecin, c'est un premier pas. Peut-être pourrait-il se rapprocher également d'un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces centres reçoivent et accompagnent toute personne en difficulté avec une consommation. Les adresses dans votre département sont disponibles via le lien proposé en fin de message, n'hésitez pas à le consulter. Ces centres reçoivent aussi l'entourage pour des conseils et du soutien, lorsque la situation devient trop difficile à vivre. Vous pouvez donc les contacter pour vous, ou proposer à votre mère de le faire.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, vous pouvez 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). Un écoutant prendra le temps de faire le point sur ce qui se passe, afin d'envisager les possibilités d'aide pour chacun.

Cordialement.

---

### En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service

### Autres liens :

- Comment aider un proche