

## COMMENT LUI FAIRE COMPRENDRE

---

Par Profil supprimé Postée le 10/02/2017 09:45

Voilà mon histoire je vis avec mon compagnon depuis 3 ans et depuis presque 1 an maintenant je le voit sombrer à petite dose je vois bien qu'il a un problème avec l'alcool mais pour lui non il boit à ne pas vouloir s'arrêter quand on a du monde à la maison il insiste pour servir les gens même si ils disent non va boire au bar pendant des après-midi entière trouve toujours une bonne raison pour boire un verre seul à la maison. Le soucis c'est qu'il ne le voit pas et est méchant en paroles avec moi dans ces moments là. Que dois-je faire ?

---

### Mise en ligne le 10/02/2017

Bonjour,

La dépendance permet parfois à la personne qui en souffre de se protéger d'une autre souffrance ou d'un mal-être dont elle n'a pas toujours conscience. Il peut arriver de glisser dans une dépendance sans se rendre compte de l'excès des consommations. C'est comme si la personne perdait la conscience des limites. Ceci peut expliquer la difficulté de votre ami pour reconnaître que ses consommations peuvent poser problème.

Il arrive aussi que même quand la personne a conscience de l'excès de ses consommations, elle ne veuille pas l'admettre devant d'autres personnes.

Avoir conscience de son problème n'est cependant pas toujours suffisant pour vouloir traiter sa dépendance. Cela nécessite de se sentir prêt à affronter les difficultés sous-jacentes aux consommations.

Nous comprenons que vous vous sentiez un peu perdue.

Vous pourriez dans un premier temps vous "contenter" de lui faire part de vos propres ressentis concernant la situation, sans vouloir lui faire admettre son problème d'alcool.

C'est en vous positionnant par rapport à vous et non en voulant contrôler ses décisions et comportements, que vous lui permettrez le mieux de prendre conscience de la perte de ses limites. Cela est important pour vous également. Lorsqu'il vous maltraite verbalement, il faudrait pouvoir poser vos limites et vous protéger.

Nous vous informons de deux orientations qui pourraient vous soutenir dans votre situation.

Il existe également des consultations de professionnels, gratuites et individuelles, proposées aux conjoints de personnes ayant une dépendance. Ces consultations sont proposées dans des centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA).

Vous pouvez contacter nos écoutants par chat de 14h à minuit, 7j/7j et par téléphone de 8h à 2h, 7j/7j. L'appel est anonyme et non surtaxé au 0980 980 930.

De plus, sachez qu'il existe un service "violence conjugale", qui propose une écoute et des conseils en cas de situation de maltraitance qu'elle soit physique, psychique ou verbale. Le service est joignable au 39 19.

Vous pourrez également trouver des adresses dans notre rubrique « adresses utiles ».

Bien cordialement.

---

### En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service