

## COMMENT FAIRE ?

---

Par Profil supprimé Postée le 03/05/2017 15:58

Je me tourne vers vous aujourd'hui car mon frère âgé de 40 ans est alcoolique depuis de nombreuses années. Il passe par des périodes où il ne boit pas ou très peu et tout ce passe bien. Mais lorsqu'il replonge dedans il est très destructeur vis à vis de lui même, de sa conjointe, et de ma maman. Ma maman n'en peut plus, elle ne sait plus quoi faire pour l'aider elle a essayé mainte et mainte fois mais en vain. Nous essayons ma soeur et moi de lui en parler aussi il nous dit qu'on a raison qu'il faut qu'il arrête mais une heure après il a un verre à la main... Que faire pour lui faire prendre conscience du mal qu'il se fait ? Et du mal qu'il fait à son entourage qui l'aime ?

---

### Mise en ligne le 05/05/2017

Bonjour,

Nous comprenons votre embarras dans la situation que vous décrivez et saluons votre bienveillance vis-à-vis de votre frère. Vous le dites "alcoolique" depuis de nombreuses années et nous ne savons pas ce que signifie ce mot pour vous d'autant que vous évoquez des périodes avec peu ou pas d'alcool qui nous laisse penser qu'il est capable de s'en passer, qu'il n'a pas une réelle dépendance ; il est important de se préserver des représentations négatives que peut générer le terme.

Nous ne savons si vous avez repéré d'éventuels éléments de ce qui le conduit à ces périodes de consommation excessive, si vous avez connaissance de ce que l'alcool lui apporte, néanmoins ce que vous décrivez nous laisse penser que c'est la seule solution que votre frère trouve en réponse à des moments d'inquiétude, de mal-être, d'anxiété,...

Afin d'amener un proche à la prise de conscience d'une nécessité d'aide et de l'encourager dans la démarche, il est souvent préférable de s'interroger non plus sur le sujet "alcool" mais plutôt sur la question de son état de santé moral. Comment va-t-il au regard de sa vie sociale, professionnelle, affective et émotionnelle. C'est en dialoguant avec lui sur ces questions-là qu'il vous apportera peut-être des éléments de compréhension de cette consommation.

Nous concevons que cela puisse vous paraître difficile et si vous souhaitez, vous ou votre mère, être aidés dans la manière d'aborder la situation avec lui, prendre du recul et être soutenus, il peut vous être utile de savoir qu'il existe des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Des professionnels de santé spécialisés y proposent des consultations confidentielles et gratuites ; d'une part pour les usagers dès lors qu'ils font la démarche de faire le point sur leur consommation ; d'autre part pour l'entourage, souvent démuni.

Il existe des CSAPA dans tous les départements. N'ayant aucune information sur votre lieu de résidence, vous trouverez un lien ci-dessous qui vous permettra d'effectuer une recherche via notre site.

Par ailleurs, si vous ou vos proches souhaitez évoquer la situation sous forme d'échanges, il est possible de nous contacter de façon anonyme 7 jours/7 de 8h à 2h au 0980 980 930 (appel non surtaxé) ou par chat via notre site "alcool info service" de 14h à minuit.

Bien cordialement

---

### En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service