VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

PROBLÈME AVEC ALCOOL

Par Profil supprimé Postée le 20/04/2011 10:00

J’ai besoin de vos conseils, je suis en couple depuis peu et je pense que mon copain à un problème avec l’alcool.

Il a 32 ans, et j’ai noté plusieurs choses liées à sa consommation d’alcool :

- Je l’ai vu la 1ére fois se cacher pour se servir un verre de whisky (il n’a pas remarqué que je l’avais vu et je ne lui en ai pas parlé).

- Un samedi soir, nous sommes sortis chez des amis et nous étions mis d’accord, que je pouvais boire et que lui conduirait. Sur place, il a prit 2 whisky et a accepté un toisième, à ce moment j’ai refusé de continuer de boire, il l’a remarqué et n’a pas bu le verre. Nous sommes sortis dehors et je lui ai dit que je ne pouvais pas lui faire confiance, car si je n’avais pas été attentive, il aurait bu ce verre… voir plus.

- J’ai vérifiée la bouteille de wisky à la maison, il y a plusieurs semaines et j’ai vu qu’il en avait consommé. A ce moment, je lui ai dit que je ne voulais pas d’explication, mais que je ne voulais pas que ça ce reproduise sinon je mettrais fin à notre relation. Il a essayé de ce justifier, mais je lui ai dis que je ne voulais pas d’explications mensongères. Lors de cette échange j’ai été ferme mais ne me suis pas emportée ou mise en colère.

- La semaine dernière, je suis parti 1 semaine en vacance et avais regardé le niveau de la bouteille de Whisky, à mon retour (7 jours plus tard) j’ai vérifiée et la bouteille était légèrement plus pleine qu’à mon départ. Donc, j’en ai conclu qu’il a bu 1 bouteille de whisky seul (car personne n’ai venu à la maison).

- Depuis, mon retour, je vérifie chaque jour la bouteille, et elle diminu (pas fortement, mais d’1 à 2 doses). Il travail de nuit (de 21h à 5h) et je m’adapte pour être présente à partir de 18h.

Personnellement, je lui ai expliqué dès le départ de notre relation, que l’alcool doit rester occasionnel et festif et que je préfère stopper une relation si la consommation et/ou le comportement de mon conjoint me semble non maîtrisé.

A ce jour, je ne sais pas comment lui dire que je pense qu’il a un problème d’alcool et si il en a concience…

Est-il alcoolo dépendant ? comment en parler avec lui ?

Mise en ligne le 21/04/2011

Bonjour,

Vous pensez que votre ami a un problème avec l'alcool, cela ne veut pas dire pour autant qu'il en est dépendant.

La dépendance à l'alcool peut être psychique et/ou physique. On peut repérer qu'une personne est dépendante physiquement lorsque l'arrêt du produit implique un syndrome de sevrage (troubles digestifs, sueurs, tremblements...). La dépendance psychique quant à elle a souvent à voir avec les raisons pour lesquelles la personne consomme, les bénéfices que cette personne trouve dans les effets de l'alcool. C'est un produit connu pour ses effets antidépresseurs, anxiolytiques, déshinibiteurs, hypnotiques.

Au delà donc de la question de la dépendance, il serait intéressant de se questionner sur l'origine de ses habitudes de consommation, sur ce qu'il y a en amont de ses consommations, sur ce qu'il recherche avec l'alcool. Pourquoi boit-il?

Les réponses à ces questions nécessitent de pouvoir dialoguer, ce qui semble difficile pour vous pour l'instant. La situation telle que vous la décrivez laisse penser que votre mode de relation actuel autour de cette thématique n'est pas propice à l'établissement de ce dialogue.

Si vous pensez ne pas pouvoir sortir de ce schéma, vous pouvez solliciter l'aide de professionnels spécialisés pour venir en aide à l'entourage de personnes concernées par les problèmes d'addiction.

Vous trouverez dans le lien ci-dessous les coordonnées d'un service adapté. Vous pouvez également nous contacter au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h).

Cordialement.