

MON MARI BOIT, LE DIALOGUE EST ROMPU

Par Profil supprimé Postée le 24/06/2019 10:20

Bonjour à tous et toutes

Au risque d'être banal ici, j'ai un vrai problème avec mon mari. Nous sommes mariés depuis bientôt 5 ans, et si au début les choses allaient globalement bien, ça s'est dégradé depuis un bon moment au point que je ne saurais pas dire quand exactement)

Il boit énormément, tous les soirs, et les weekends il peut commencer de midi jusqu'à point d'heure. Une fois qu'il a bu il n'est pas violent physiquement (ce n'est jamais arrivé) mais il fait ressortir toute sa colère, sa dépression, il parle pendant des heures des choses qui ne vont pas dans sa vie. Il peut passer de la colère à l'euphorie avant de s'écrouler en pleurant. En plus il s'isole complètement, ne sort que pour aller travailler et rentre sitôt après. Je lui propose de sortir avec moi, mais il ne veut jamais. Il m'encourage à sortir de mon côté mais je culpabilise de le laisser seul.

Jusqu'ici j'ai essayé de le soutenir mais je me sens de plus en plus désarmé. Il affirme que cela lui fait du bien mais je vois que c'est l'inverse, l'alcool n'efface pas ses problèmes il fait tout remonter à la surface. Nous nous disputons souvent. J'ai moi-même cessé de boire pour ne pas le tenter (et éviter un drame. il y en a déjà eu un qui failli briser notre couple)

Je pensais que ça ne pouvait pas aller plus mal, mais vendredi soir (fête de la musique), vers deux heures du matin, à cours d'alcool il a proposé de descendre à la buvette du quartier "pour faire la fête" (je savais très bien pourquoi, une heure plus tôt il me proposait d'aller chercher une épicerie de nuit pour racheter une bouteille, quitte à payer un taxi pour ça). En arrivant la buvette ne servait plus, ils étaient en train de fermer mais il a explosé et presque déclenché une bagarre avec les quelques personnes présentes. On a échappé au drame mais de peu.

J'espérais que ça déclenche quelque chose, une réaction, un déclic. Du tout, le lendemain il a profité des courses pour racheter une bouteille d'alcool fort, qu'il a vidée en quelques heures. Puis a tout naturellement noté d'en racheter sur la liste des courses prévue pour le lendemain matin (hier, c'était un dimanche mais il manquait deux-trois choses que je savais pouvoir trouver ce matin-là). C'est dire à quel point il est dans le déni.

Découvrant cela, je n'ai trouvé le sommeil qu'à 3 heures du matin. Dimanche matin donc, j'ai décidé de ne pas lui acheter la bouteille demandée. En le découvrant il m'a lancé que j'étais "dégueulasse de faire ça", et depuis il me fait la gueule.

Plus de dialogue, on a passé le reste de la journée sans parler, tous les deux scotchés à la télé et aux portables.

Je suis dans l'impasse, je me sens perdu et ne sait pas quoi faire. Faut-il lui reprendre de l'alcool pour renouer le dialogue ? Comment l'aider s'il refuse de me parler ? Cette situation a-t-elle une chance de s'arranger (j'ai déjà envisagé le divorce de nombreuses fois mais je tiens trop à lui pour m'y résoudre encore...)

Merci à toutes les personnes qui m'auront lu, et désolé si mes propos paraissent confus

Tous les témoignages, discussions et suggestions sont les bienvenues

Bonne journée

Mise en ligne le 26/06/2019

Bonjour,

Les difficultés que vous décrivez ne sont jamais banales ni anodines pour celui ou celle qui les vit. L'incompréhension, la colère, le désarroi ou le sentiment d'impuissance sont le plus souvent le lot des personnes partageant la vie de quelqu'un en difficulté dans ses consommations d'alcool comme cela semble être le cas de votre mari.

Comme vous le savez probablement, tant qu'il ne sera pas prêt à se remettre en question sur ce point et, vraisemblablement, entreprendre des démarches de soins en vue de résoudre ce problème, les difficultés risquent de perdurer. Si en effet votre époux masque derrière ses recours à l'alcool une dépression, s'il est devenu dépendant, tout votre amour et le soutien que vous être prêt à lui apporter, bien qu'essentiels, pourraient ne pas suffire malheureusement.

Il est difficile de présager de la suite, nous ne saurons vous dire s'il sera en mesure de regarder les choses en face, d'entendre ce que vous lui dites, de prendre à bras le corps le problème et de se résoudre à entreprendre des démarches. Quelles qu'elles soient, auprès d'un psychologue ou d'un addictologue, il faudra nécessairement qu'il y consente et que cela ait du sens pour lui, qu'il désire opérer un changement.

Cela peut prendre du temps et se faire "en pointillés" c'est-à-dire nécessiter différentes démarches successives avec de possibles retours en arrière, ce qui peut être éminemment pénible et fatiguant, usant et déstabilisant, pour l'entourage. Nous ne pourrions vous indiquer une "marche à suivre", il n'en existe aucune qui fonctionne assurément et pour tout le monde, simplement vous encourager à trouver vous-même des appuis, des soutiens, pour ne pas rester dans l'impasse et risquer de vous y épuiser.

Sachez que la plupart des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) offre cette aide à l'entourage, indépendamment du fait que l'utilisateur soit pris en charge par le centre. Ce peut être un moyen de se sentir moins seul face aux difficultés, d'investir un lieu de parole sécurisé où déposer ses inquiétudes et ses tourments, de bénéficier de conseils pratiques devant des situations concrètes telles que ce qui semble se poser actuellement dans le fait de continuer à lui acheter ou non de l'alcool quand vous faites des courses.

Vous trouverez ci-dessous les coordonnées des CSAPA de votre ville pouvant vous recevoir si vous décidez de faire la démarche. Les consultations y sont individuelles, confidentielles, gratuites et assurées par des professionnels (médecins, psy, travailleurs sociaux) particulièrement formés dans le champ des addictions.

Il semble important pour vous de pouvoir échanger avec d'autres internautes, de partager points de vues, conseils et expériences. L'entraide peut être très éclairante et soutenante, à condition toutefois de garder à l'esprit que chaque situation reste unique bien sûr. Pour vous donner l'occasion de ces interactions, nous vous laissons le soin de poster votre message dans la rubrique des "Forums de discussion" dont nous vous joignons le lien ci-dessous.

Nous restons par ailleurs disponibles dans le cas où vous auriez envie ou besoin de revenir vers nous pour échanger directement et plus précisément. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Cordialement.

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

CSAPA LE SÉMAPHORE

6 rue de Provence
13004 MARSEILLE

Tél : 04 91 91 50 52

Site web : www.addiction-mediterranee.fr/

Accueil du public : lundi de 9h à 13h et de 14h à 19h, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le jeudi de 14h à 19h. (horaires modifiés en juillet et août lundi et jeudi jusqu'à 18h et vendredi jusqu'à 17h)

COVID -19 : Contact de juillet 2022 Port du masque obligatoire et désinfection des mains.

Substitution : délivrance de méthadone tous les matins sauf le jeudi.

Voir la fiche détaillée

CSAPA DANIELLE CASANOVA

357, boulevard National
13003 MARSEILLE

Tél : 04 95 04 35 25

Site web : www.groupe-sos.org

Secrétariat : tous les matins de 9h15 à 12h, et les après midi suivants : lundi de 14h à 16h45, de mardi de 14h à 17h45, et jeudi de 17h à 18h45

Accueil du public : tous les matins de 9h15 à 12h, et les après midi suivants : lundi de 14h à 16h45, de mardi de 14h à 17h45, et jeudi de 17h à 18h45

Substitution : Délivrance de Méthadone tous les matins de 9h15 à 12h, et les après midi suivants : lundi de 14h à 16h45, de mardi de 14h à 17h45, et jeudi de 17h à 18h45

COVID -19 : Contact de Mars 2022: Port du masque obligatoire et désinfection des mains, Accueils collectifs restreints à 4 ou 5 personnes maximum. L'antenne nord est suspendue actuellement. Possibilité de vaccination COVID tous les mardis.

Voir la fiche détaillée

CENTRE DES ADDICTIONS

270, boulevard Sainte-Marguerite
13009 MARSEILLE

Tél : 04 91 74 61 89

Accueil du public : Le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 16h15, le mercredi de 13h à 16h15

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Consultat° jeunes consommateurs : lundi et jeudi pour les entretiens de premier accueil.

Substitution : Unité Méthadone : le lundi, mardi, jeudi, mercredi après midi et vendredi matin

COVID -19 : Accueil et suivi dans le respect des gestes barrières, le CSAPA ne propose plus d'ateliers en groupe depuis la crise sanitaire.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- "Les forums de discussion"