

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

BESOIN D'AIDE

Par **Profil supprimé** Posté le 30/08/2019 à 21h36

Bonsoir à tous. Mon mari est malheureusement alcoolique. Il a été suivi par un alcoologue depuis mars 2018 pendant 1 an et maintenant il est suivi par notre medecin traitant qui lui donne des anti stress. Il y a des moments où il est super bien il arrive à ne pas boire d'alcool et ne pas en acheter. Par contre en ce moment il est dans un moment négatif et il ne fait que boire. En plus quand il est alcoolisé, il ne m'aime pas, il n'y a rien qui va, tout le monde est contre lui... Le pire est que l'on a même pas fêté nos 10 ans de mariage qui été le 22 août alors que l'on avait pas les enfants. Il m'a acheté un cadeau de force parce que je lui en ai acheté un. J'aimerais avoir des conseils pour pouvoir l'aider. J'aimerais bien qu'il aille voir une infirmière hypnotiseur mais il ne veut pas qu'elle "lui retoune le cerveau" comme il dit. Si je prend rdv pour lui est ce que ça va quand même être bénéfique? Que puis je faire pour l'aider? Merci beaucoup pour vos conseils

3 RÉPONSES

patricem - 02/09/2019 à 09h23

Bonjour,

avez-vous exploré la piste d'une dépression, avec suivi par un psy ?

Patrice

Profil supprimé - 02/09/2019 à 19h16

Bonjour, il a été suivi par un alcoologue, hospitalisé une semaine en mai 2018 et pendant son séjour il a vu un psy mais le soucis est qu'il n'arrêtait pas de mentir à cette période donc je ne sais pas se qu'il a dit au psy. Quand je lui dit d'aller voir quelqu'un pour ce faire aider il me dit qu'il n'a pas besoin d'aide et qu'il va y arriver tout seul. Si je prend des rdv à sa place pas sûr qu'il y aille et je ne peut pas toujours prendre des jours de congés pour l'emmener partout. Je ne sais plus quoi faire. Il n'a que 35 ans

Moderateur - 06/09/2019 à 18h33

Bonjour Orel89,

Il n'est pas recommandé de prendre rendez-vous à sa place sauf si c'est lui qui le demande expressément. En effet, si vous faites cela vous faites "à sa place" alors que pour se soigner il faut être soi-même investi, avoir envie de recevoir de l'aide aussi.

Je crois malheureusement que votre mari est dans le déni de ses problèmes ou tout du moins dans le refus ou l'incapacité de faire quelque chose par rapport à ceux-ci. Dans ces situations-là la situation est plutôt bloquée. Aussi ne vous esquitez pas la santé. Il ne veut pas être aidé pour l'instant. Cela peut changer dans le futur et peut-être parce que vous aurez trouvé la bonne manière de faire avec lui, parce que vous aurez pu lui donner envie de changer. Mais attention : on peut aussi faire plein d'efforts dans ce sens-là sans pour autant que cela fonctionne. Vous pouvez essayer de créer un contexte favorable au changement mais vous ne pourrez jamais prendre la décision à sa place et faire à sa place.

Dans ce contexte vous pouvez faire deux choses, à défaut de pouvoir l'aider pour le moment. La première est de prendre soin de vous. Soyez un peu égoïste pour vous autonomiser par rapport à son problème qu'il ne veut pas aborder. Vous y gagnerez en énergie, vous irez mieux et cela sera de nature à vous mettre en meilleure position pour l'aider le jour où il demandera de l'aide.

La seconde chose c'est de vous renseigner sur ce que c'est qu'être la conjointe d'une personne alcoolique, sur ce que cela implique et sur ce qui pourrait être la bonne distance à trouver pour vous préserver tout en maintenant un lien avec lui. Vous pouvez tout d'abord lire ces forums qui sont plein de témoignages intéressants. Mais vous pouvez aussi rechercher des livres consacrés à l'entourage des personnes alcool-dépendantes et notamment au sujet de ce qu'on appelle la "co-dépendance". Vous y trouverez des choses qui vous parleront. Enfin vous pouvez entrer en contact et intégrer un groupe de parole entourage de l'association Al-Anon/Al-Ateen. Cette association est dédiée à l'aide à l'entourage des personnes ayant un problème d'alcool. Elle offre un parcours en étapes inspiré des alcooliques anonymes et des groupes de parole où vous vous sentirez libre de parler de ce qui vous arrive. Vous pourrez aussi écouter les histoires des autres personnes du groupe. Vous vous sentirez moins seule et soutenue. Voici le site de Al-Anon/Al-Ateen : <http://al-anon-alateen.fr/>

Cordialement,

le modérateur.
