

INCOMPRÉHENSION

Par Profil supprimé Postée le 14/03/2015 08:16

bonjour,

Mon mari à commencé un traitement depuis décembre pour arrêter l'alcool. Il le suit et voit un addictologue régulièrement mais si je suis quasiment certaine que depuis il ne boit plus en semaine. Le vendredi et samedi matin quand il est seul et que je travaille je suis par contre certaine qu'il boit une ou deux bières car je le sens. Je lui pose la question parfois mais il me dit que non. Et hier en rentrant j'ai trouvé une canette vide qu'il avait oublié sur l'évier... je ne savais pas comment réagir... pouvez vous me dire qu'elle aurait été la meilleure solution... je n'ai pas pu résister et je lui ai fait remarquer, il m'a dit qu'il en avait bu qu'une seule... mais comment lui faire confiance maintenant... chaque fois que je retrouve un peu de confiance je la repère aussitôt... pouvez vous m'aider dans ma façon de réagir pour ne pas envenimer la situation... merci

Mise en ligne le 16/03/2015

Bonjour,

Nous comprenons votre interrogation concernant la façon de réagir face à votre mari. Vous nous expliquez qu'il se fait aider depuis le mois de décembre et, s'il ne boit plus pendant la semaine, il semble qu'il y ait des consommations le weekend ou quand vous n'êtes pas là.

Les prises en charge pour les problèmes d'alcool et de dépendance s'envisagent sur plusieurs mois, voire plusieurs années durant lesquelles la personne peut vivre des rechutes, des reconsumptions, des périodes où une abstinence totale est plus difficile à tenir. L'important dans ces moments-là est de continuer d'en parler et ne pas abandonner son suivi avec les professionnels.

Vous avez récemment trouvé une canette de bière et vous nous demandez quelle aurait pu être la meilleure des réactions face à cela. Il n'y a pas une seule bonne réaction, mais plusieurs, en fonction de chacun et de chaque situation, et surtout il y a la réaction avec laquelle vous vous sentez vous, la plus en accord. En effet, personne ne peut vous obliger à être compréhensive et indulgente si vous vous sentez à ce moment-là en colère, trahie, déçue... Toutefois, lorsque l'on souhaite aider quelqu'un qui boit, le dialogue sans jugement ni culpabilisation, sans pression pour interdire une éventuelle reconsumption reste la façon la plus favorable à l'évolution des choses. Vous n'avez pas de prise sur le déroulement de la prise en charge de votre mari et ce qu'il va faire de l'aide qu'on lui propose, mais, par une attitude constructive et bienveillante, vous contribuerez à entretenir chez lui, l'envie de se faire aider.

Cela n'est pas toujours facile à faire pour le proche qui est souvent envahi par des sentiments divers et parfois contradictoires. L'inquiétude, la colère, l'incompréhension, la perte de confiance, le découragement... Tout cela peut perturber la relation et conduire le proche à, lui aussi, souffrir de plus en plus de la situation. C'est pourquoi les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) reçoivent la personne qui boit, mais aussi les membres de l'entourage, pour des conseils et du soutien. Vous pouvez trouver les adresses proches de chez vous ici, n'hésitez pas à les contacter si besoin.

Pour d'autres informations, ou pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 098 0980 930 (Alcool Info Service, appel non surtaxé depuis un poste fixe, anonyme, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.
