VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

ENTOURAGE AMICAL ET FAMILIAL

Par Profil supprimé Postée le 12/10/2016 11:14

Bonjour , mon mari essaye de controler/diminuer sa consommation d'alcool dont il est dépendant depuis l'adolescence(il a 43 ans).Il se fait aider par son medecin traitant et suit une psychotherapie/acupuncture.Le stress (son travail , son enfance difficile...)réactive parfois une consommation excessive quotidienne (1 ou 2 canettes de biére forte + 1 bouteille de vin le soir).Lorsqu'il sort avec ses copains(qu'il connait depuis l'adolescence) il consomme de maniére excessive mais surtout cela réenclanche un processus d'exces quotidien pendant plusieurs semaines aprés...Idem aprés des réunions de famille ou on sert et ressert de l'alcool systematiquement . Ma question : Dois je ou plutot devrait il informer nos proches de ses difficultés (j'ai deja tenté avec mes soeurs mais leur maris n'ont pas l'air de capter...)? Je suis en colère de ces comportements familiaux et "amicaux" qui servent et resservent jusqu'a l'exces en insistant toujours "Allez une petite goutte! Allez tu vas gouter ce vin et puis celui la..."Et je comprend qu'il soit difficile voire impossible de refuser sans avoir de regard réprobateur (un homme qui refuse de boire c'est pas normal , s'il est alcoolique c'est qu'il n'a pas de volonté...peut etre bat il sa femme et ses enfants...Bref tout ce tas de préjugés dont on se passe!). Nous avons un copain (pas du meme cercle d'amis) qui ne boit pas une goutte d'alcool car il est epilleptique.C'est tellement simple de ne pas lui servir à boire que je l'envie presque! Bref , je ne supporte plus ces "amis" qui ne savent pas ou qui n'ont pas envie de savoir (un type qui boit pas c'est pas un rigolo alors ça fait ch...). Que faire? Merci de votre aide !

Mise en ligne le 17/10/2016

Bonjour,

Malgré l'implication de votre mari dans un suivi médical et psychologique, il continue à boire de façon assez importante. Vous regrettez l'influence qu'exerce l'entourage amical et familial sur lui. Ainsi vous vous demandez si, en informant l'entourage de son problème avec l'alcool, cela l'aiderait à mieux se gérer.

Vous soulevez ici une question délicate mais nous allons essayer de vous amener quelques pistes de réflexion.

Dans un premier temps, il semble important de prendre conscience que le travail qu'a entrepris votre mari par rapport à sa consommation d'alcool demande beaucoup de temps. D'autant plus, qu'il boit depuis de nombreuses années. Se détacher de l'alcool n'en est donc que plus difficile. Ce travail là se fait par étape, petit à petit. Ainsi, aussi complexe que cela ne soit, il semble important d'accepter qu'il lui faut encore du temps pour passer à l'étape du « non » quand on lui propose un verre d'alcool.

Votre mari sera toujours confronté à des personnes qui consomment de l'alcool en soirée ou lors de repas de famille et qui voudront partager cela avec lui. Ainsi, la difficulté qu'il rencontre de refuser le verre proposé, lui appartient complètement. Si ce n'est pas l'entourage proche qui le fait, un jour ou l'autre ce sera une personne « lambda », ne connaissant rien de sa vie personnelle, qui le fera.

Toutes fois, si cela peut l'aider à franchir le cap du « non », il semble important que ce soit votre mari qui en informe les personnes. Cette étape paraît certes compliquée à surmonter car, comme vous le décrivez, les alcooliques sont fortement stigmatisés, mais elle est nécessaire. Vous donnez l'exemple de cet ami épileptique. La différence avec votre mari c'est que l'épilepsie, n'est pas une maladie « honteuse » ou « culpabilisante ».

Ainsi peut-être pourrait-il aborder cette question avec son thérapeute afin de prendre confiance en lui et ainsi apprendre à s'affirmer face aux « tentateurs » sans forcément avoir besoin de rentrer dans des justifications.

Nous comprenons que cette situation soit difficile à vivre pour vous au quotidien car sa dépendance à l'alcool vous impacte au quotidien. Ainsi, il nous semble nécessaire que vous preniez le temps de parler avec lui de ce questionnement et peut-être de réfléchir ensemble à cela.

N'hésitez pas à nous recontacter si besoin en cas de nouvelle question ou si vous souhaitez avoir une écoute. Nos conseillers sont disponibles, tous les jours de 8h à 2h, par téléphone au *0980 980 930*, appel gratuit et anonyme, ou par chat, tous les jours de 14h à 2h, via notre site internet *http://alcool-info-service.fr/* .

Cordialement