ALCOOL-INFO

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

CONJOINT QUI ABUSE DE L'ALCOOL, COMMENT L'AIDER?

Par Profil supprimé Posté le 14/06/2018 à 11h39

Bonjour,

Mon histoire sera un peu longue, je vais essayer de faire au plus concis.

Je suis mariée depuis une dizaine d'années, nous avons deux enfants, et nous gérons notre entreprise depuis 4 ans. Mon mari a récemment traversé une phase dépressive et parallèlement à ça, son rapport à l'alcool a changé. Il a commencé à boire beaucoup et sans pouvoir s'arrêter. Il ne buvait pas tous les jours et dès le réveil, et pouvait aussi ne rien boire durant une semaine, deux voir un mois. Mais quand il s'autorisait à boire, c'était comme si les doses ingurgitées n'étaient jamais suffisantes.

De plus, son ivresse le rendait désagréable au mieux, méchant au pire. Je bois à cause de toi parce que je ne suis pas heureux, je bois parce que tu me contrôles trop , je bois parce que je suis en dépression, je bois parce que je sais ne pas boire donc je ne suis pas alcoolique... bref il n'avait aucun problème. Au moment où il a commencé à soigner sa dépression, il a cessé de boire réalisant que l'alcool lui avait en fait servi d'auto-médication pour supporter sa dépression, il a pu arrêter sans difficulté mais s'est coupé de toute vie sociale. Il refusait les invitations prétextant la fatigue ou venait mais partait dès que possible.

N'empêche, il tenait sans une goutte. Il a tenu 4 mois, puis il s'est rendu en vacances dans sa famille, et là il a cru qu'il pouvait s'autoriser à boire car ayant auto- analysé les derniers mois, il avait selon lui aucun problème avec l'alcool mais c'était la dépression à l'époque non soignée qui l'empêchait d'avoir des limites. Bref il s'est convaincu et m'a convaincu que désormais il saurait boire avec modération. Il a en effet tenu quelques temps en étant capable de boire un verre et pas plus sur une soirée, ou trois verres mais sans être saoul. Puis ce week-end... le fameux contrôle a disparu. Il a de nouveau bu comme il sait le faire sans pouvoir s'arrêter. Je lui ai à plusieurs reprises dit de faire attention (nous étions chez des amis) mais il était déjà trop tard, je ne parlais plus à mon mari mais à un type bourré. Vers 3H du mat nous sommes rentrés, et lui est reparti seul... il a été boire seul après une soirée déjà très arrosée. Le lendemain il avait tout oublié. Il s'est effondré littéralement, il pleurait, il était vraiment mal. Il m'a dit qu'il s'était trompé, qu'il voulait tellement être normal, savoir gérer sa consommation qu'il s'etait menti à lui même. Il a parlé d'aller à des réunions des AA et il a contacté sa psy pour avancer son rendez-vous.

Moi j'avoue être perdue. Je ne peux pas l'aider, ça je l'ai compris, il doit faire ses démarches seul, avancer, accepter. Mais cela dit je ne sais pas trop quelle attitude adopter. J'ai tendance à être très à l'écoute des autres, les supporter, or je ne crois pas que ça l'aide car du coup c'est comme si il n'y avait aucune conséquences à ses actes, je suis là toujours aimante. Mais ressasser ce quil fait bourré n'a pas de sens non plus. Bref comment aide-t-on son conjoint qui abuse de l'alcool?

Merci ....

1 RÉPONSE

patricem - 15/06/2018 à 07h49

Bonjour,

il y a des associations pour les accompagnants de personnes alcooliques (les alons ?) qui peuvent peut-être vous aider. Quand à lui, s'il prend le chemin des AA, c'est vers l'abstinence totale qu'il se dirige : ce n'est pas un mal, au contraire, mais il faut le savoir...

Patrice