ALCOOL-INFO

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

QUE DOIS JE FAIRE ?..

Par Profil supprimé Postée le 13/12/2018 16:22

Mon conjoint bois tout les jours depuis des années (je l'ai connu alcoolique mais je sais pas depuis quand il bois tout les jours ...)
Il ne vois pas l'alcool comme un ennemie mais plutôt le contraire ...il s'ennuie donc il bois ,regarde un truc sur l'ordi donc il bois ,une mauvaise nouvelle il bois tout est un prétexte ...
J'ai réussi a lui faire arrêter l'alcool dite forte pour diminuer mais au final il bois de plus en plus des alcools dit léger ....
Peut t'on le forcer a suivre une cure ? Je suis à bout ,les enfants le vois boire (pas violent avec les enfants ,juste très irritables)ça m'inquiète qu'ils trouvent ça normal plus tard de boire aussi .... Je sais plus quoi dire où faire car il prend tout mal quand je lui parle de son addiction ....

Mise en ligne le 14/12/2018

Bonjour,

Votre conjoint consomme de l'alcool tous les jours depuis pas mal de temps. Pour lui, sa consommation n'a rien d'inquiétant. Vous craignez l'impact sur vos enfants et vous nous demandez des conseils par rapport à cette situation.

Derrière ce type de consommation se dissimule souvent la présence d'un mal-être. L'alcool, du fait de ses effets anxiolytiques et antidépresseurs, apaise un état de tension, une souffrance. Ses irritabilités semble attester de cela.

Vous nous décrivez que tout est prétexte pour boire, que ce soit lié à des émotions négatives, à de l'ennui, à des émotions positives. Pour le moment, il ne voit rien d'anormal à entretenir ce rapport là à l'alcool et ne souhaite plus aborder le sujet avec vous.

Même s'il n'est pas enclin aujourd'hui à reconnaître avoir un problème, cela n'est pas forcément définitif. Il faut souvent du temps pour qu'une personne prenne conscience de cela.

On ne peut malheureusement pas le forcer à se faire aider, à faire une cure de sevrage. Il faut qu'il soit volontaire de cette démarche pour qu'elle ait du sens, afin qu'il soit acteur de celle-ci. Les raisons pour lesquelles il boit lui appartiennent et de ce fait, lui seul pour travailler dessus, ou avec l'aide de professionnels.

En attendant, il semble donc important que vous vous recentriez sur vous, que vous preniez du recul afin d'identifier quelles sont vos propres limites, ce que vous êtes en mesure ou pas d'accepter dans votre couple et par rapport à votre vie de famille.

Nous comprenons l'inquiétude que vous avez par rapport à vos enfants. En tant que maman, nous faisons tout notre possible pour les protéger des conséquences de la vie.

Nous ne savons pas quels âges ils ont, mais nous pouvons vous dire que les enfants sont plein de ressources. Ils vont grandir et seront se faire leur propre opinion, leur propre vision de la situation et se construiront de manière autonome.

Pour vous aider à faire face à ces peurs, le meilleur remède semble être le dialogue. Il semble important que vous arriviez à leur parler de ce sujet, au moment opportun et adapté bien entendu.

Pour vous aider dans cet exercice, pour du soutien, ou pour une aide au positionnement par rapport à lui, sachez que vous pouvez solliciter des professionnels de santé (médecin addictologue, psychologue, ….). Les consultations à cet effet se trouvent dans des CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Elles sont gratuites et confidentielles. Votre conjoint pourra si rendre également le jour où il se sentira prêt.

Vous trouverez ci-dessous les coordonnées du centre le plus proche de chez vous.

Également, pour un échange plus approfondi sur votre situation, sachez aussi que nos écoutants sont joignables soit par téléphone au 0980980930, appel anonyme et gratuit, tous les jours de 8h à 2h, soit par Chat via notre site internet www.alcool-info-service.fr , tous les jours de 14h à minuit.

Bien cordialement

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

CSAPA 53 - SITE DE LAVAL

31 rue du Mans
53000 LAVAL

Tél : 02 43 26 88 60
Site web : www.csapa53.fr

Secrétariat : Secrétariat ouvert : Lundi au jeudi de 9h-12h45 et 13h30-17h15 et Vendredi : 9h-12h45
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h45 et de 13h30 à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : sur rendez-vous des jeunes de 12-25 ans avec ou sans entourage
Substitution : Initialisation-suivi et délivrance de traitement de substitution pour les usagers suivis au Csapa.

COVID -19 : Accueil avec respect des gestes barrières.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service