

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

L'ALCOOL A DÉTRUIT MON COUPLE.

Par Profil supprimé Postée le 17/06/2019 11:28

Bonjour,

Je suis un homme de 44ans avec une vie très mondaine et par conséquent je bois régulièrement.

Depuis 2ans mon couple s'est dégradé et à chaque que j'ai bu en étant contrarié j'ai passé mon temps à dire à ma femme que je vous la quitter. Il y a deux mois elle m'a quitté et j'ai tout fait pour qu'on puisse se remettre ensemble.

Vendredi j'étais à un déjeuner et une chose m'a contrarié et j'ai appelé ma femme.

Nous étions très proches de nous remettre ensemble et j'ai tout détruit encore une fois. Je me suis très mal comporté, très mal parlé, dis des choses très blessantes et j'ai bel et bien l'impression que c'est définitivement terminé. Elle n'en peut plus de souffrir. Le pire c'est que je me souviens que de très peu de choses.

J'ai enfin accepté de reconnaître mon problème avec l'alcool et je lui ai dit mais elle ne veut rien savoir.

J'aimerais dans un premier temps me soigner et sortir de ça et savoir ce que je pourrai lui dire pour qu'elle m'accompagne et accepte que cela est du l'alcool et surtout me donner une chance.

Merci de votre aide

Mise en ligne le 20/06/2019

Bonjour,

Nous comprenons que votre situation soit difficile à vivre et vous avez eu raison de venir nous en parler. Nous allons vous donner des informations concernant les démarches de soin entre autres.

Tout d'abord, l'alcool est un perturbateur du système nerveux central et il modifie l'état de conscience. La dépendance à l'alcool, comme à toute autre substance est complexe. Il peut être de ce fait intéressant de comprendre le rôle que ce produit peut jouer dans votre vie, afin d'apprendre à vivre sans ou avec une consommation réduite.

Aujourd'hui vous avez franchi une étape importante puisque vous reconnaissez être en réelle difficulté avec l'alcool et vous souhaitez entreprendre une démarche et vous faire aider. C'est un élément capital vers la guérison.

Pour trouver l'aide dont vous avez besoin, il existe des structures spécialisées en addictologie, ce sont les CSAPA, Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie. Des professionnels tels que des médecins, des infirmières ou encore des psychologues y travaillent en équipe pour vous apporter une aide adaptée au mieux à votre situation. Vous trouverez les coordonnées des structures près de chez vous dans la rubrique « adresses utiles » de notre site, dont nous vous joignons le lien en fin de réponse.

Ce que nous pouvons vous conseiller pour le moment, ce serait de laisser le temps à votre femme de revenir vers vous, et durant ce laps de temps, d'entamer votre démarche de soin. Les premières consultations devraient vous permettre de comprendre ou d'identifier les différentes raisons qui vous poussent à consommer et de mettre en place, avec l'aide de professionnels, des stratégies vous permettant de mieux gérer vos consommations.

Nous ne pouvons présager de la manière dont évoluera votre relation conjugale mais il vous est possible de proposer à votre femme, si à un moment donné elle est à nouveau ouverte au dialogue, de vous rendre ensemble à une consultation.

Vous pouvez également nous appeler si vous souhaitez en discuter davantage avec un de nos conseillers ou obtenir une orientation plus affinée. Nous sommes disponibles tous les jours par téléphone au 0 980 980 930 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h et de 14h à minuit par Chat.

Avec tous nos encouragements,

Bien à vous.

En savoir plus :

- L'alcool et vous
- L'alcool et vos proches
- Adresses utiles du site Alcool info service