

Vos questions / nos réponses

Comment aider son mari à prendre conscience de son alcoolisme

Par [Matmocha](#) Postée le 16/02/2021 21:07

Je tolère depuis des années l'alcoolisme de mon mari. Je redoutais le jour où une de mes filles pourront à leur tour comprendre l'alcoolisme de leur pérennité avant lui! Aujourd'hui ma fille aînée m'a fait part de son inquiétude. C'est la goutte de trop! Je pense que je vais devoir me séparer pour provoquer 1 électrochoc .

Mise en ligne le 18/02/2021

Bonjour,

Nous comprenons que vous viviez cette situation de manière difficile et que l'inquiétude de votre fille soit un évènement qui touche vos limites.

Si le désir de séparation est légitime et vous appartient pleinement pour vous protéger de cette situation, le fait que cela provoque un électrochoc chez votre conjoint n'est pas assuré.

Parfois, le fait de poser un ultimatum chez un buveur peut avoir l'effet inverse à celui escompté. En effet, ce dernier peut ressentir une augmentation de son mal-être et consommer autant, voire plus pour « étouffer » son sentiment de culpabilité ou son mal-être.

Ce que nous essayons de dire c'est qu'une séparation ne garantit pas qu'il change. En revanche, si vous souhaitez vous protéger et protéger votre enfant car vous ne voyez d'autres solutions, la séparation peut effectivement se montrer efficace.

Dans tous les cas, dans la position qui est la notre il nous est difficile de vous dire ce qu'il faut faire ou non, il faut prendre notre réponse en terme de piste de réflexion. En effet, nous manquons d'une part d'éléments de contexte, et d'autre part vous êtes la personne la mieux placée pour décider ce qui est mieux pour vous.

Il pourrait être intéressant si vous le souhaitez d'être accompagnée dans votre réflexion à un positionnement de couple qui serait adapté à votre situation singulière. Il existe des structures nommées Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) où les proches peuvent être conseillés dans ce sens. Les équipes sont généralement composées de médecin addictologue, psychologue, infirmier. L'accueil est non jugeant, dans un cadre confidentiel et gratuit. Leurs missions sont d'accompagner les consommateurs lorsqu'ils sont prêts pour une démarche de soins, mais également de soutenir et d'aider les proches en souffrance et en difficulté.

Vous trouverez en fin de réponse un lien pour faire une recherche de CSAPA dans votre périmètre géographique si vous le souhaitez.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage de votre situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0980 980 930 (anonyme et non surtaxé) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Alcool Info Service.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- [Adresses utiles du site Alcool info service](#)
- [Mon conjoint boit, comment en parler à mes enfants](#)