

INTERVENIR

Par Ophe Postée le 22/09/2021 18:35

Bonsoir Mon mari rentre du travail, une à deux fois par semaine, en sentant très fortement l'alcool. Cette fréquence est toute nouvelle, elle dure depuis août 2021. Avant, il n'y avait absolument rien, sauf lors d'un pot de départ (ce qui arrivait une fois par an). Dois-je intervenir ou espérer que cela passe ?

Mise en ligne le 23/09/2021

Bonjour,

Nous comprenons que vous puissiez être préoccupée par cette situation nouvelle. Il nous paraît important de privilégier le dialogue lorsqu'il est possible. En effet, le cas échéant votre inquiétude ou votre méfiance risquent de s'accroître et impacter votre confiance et votre relation.

L'alcool, lorsqu'il n'est pas consommé dans des contextes festifs est souvent signe que la personne éprouve une forme de tension ou de mal-être. Elle peut rechercher les effets d'apaisement ou anxiolytiques de ce produit. Cela peut être un angle pour aborder le dialogue avec votre conjoint. Le fait de se focaliser uniquement sur l'alcool peut provoquer du déni, de la colère ou de l'évitement car la personne peut se sentir blessée voire agressée. Il peut être plus adapté de partir de votre inquiétude et lui demander s'il traverse des événements difficiles ou qui le préoccupent actuellement.

Vous trouverez en bas de réponse un lien vers un article qui prodigue des conseils pour dialoguer et se positionner afin d'aborder la question en limitant les risques de conflits. Bien-sûr, c'est toujours une entreprise délicate et on ne peut pas toujours anticiper comment le conjoint va entendre les choses et réagir.

Nos écouteurs sont disponibles si vous souhaitez échanger davantage sur cette situation. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0980 980 930 (anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Alcool Info Service de 8H à Minuit.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Comment savoir si un proche à un problème