

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

COMMENT PERSUADER MON CONJOINT DE SE FAIRE AIDER?

Par **Pocahontas** Posté le 11/02/2023 à 08h13

Bonjour,

Cela fait 2 ans que je suis avec mon conjoint. Il est alcoolique, le reconnaît mais n'envisage pas de se faire aider. Je l'aime et je n'arrive pas à l'aider, à le convaincre que c'est pour sa santé, pour qu'il soit fier de lui, pour ses enfants (6 ans et 9 ans) et pour notre couple aussi. Je n'ai peut-être pas les bons mots. Il a parfois des comportements excessifs où il perd le contrôle: dans ces moments, il devient paranoïaque et agressif et j'en suis la victime car il ne fait subir cela à personne d'autre de son entourage. Tout le monde me dit de le quitter mais je n'y arrive pas car je l'aime malgré tout. Je ne suis pas fière de moi, pas fière d'accepter l'humiliation qu'il me fait subir sans s'en rendre compte... Que puis-je faire? Je vous remercie par avance pour votre retour. Bien cordialement

4 RÉPONSES

Force2Courage - 14/02/2023 à 21h25

Bonjour,

A ce stade, il est important de fixer les limites ouvertement avec lui, une sorte de contrat de couple. Il boit, vous n'y pouvez rien, mais si vous commencer à accepter l'inacceptable, alors vous allez vous détruire, et je parle en connaissance de cause. Dites lui très clairement à un moment où il est en mesure d'entendre, ce que vous ne voulez pas accepter (l'agressivité, les paroles blessantes sous l'emprise de l'alcool) et ce que vous ferez si la limite est atteinte (s'isoler le temps qu'il décuise, dans une pièce à vous où il n'est pas le bienvenu avec son alcool...)

Établissez également les limites concernant ses enfants.

Courage à vous, et gardez à l'esprit que vous ne méritez de subir les effets de sa propre maladie.

Pocahontas - 15/02/2023 à 10h42

Bonjour,

Je vous remercie pour votre retour. Je ne fais que ça: établir des limites, lui expliquer que je ne peux accepter sa vulgarité et ses paroles blessantes (qu'il oublie le lendemain d'ailleurs...). Mais cela ne sert à rien puisqu'il réitère sous l'effet de l'alcool. Il s'en veut mais le mal est fait et j'accumule tout cela en essayant de l'enfouir... Je crois que je continuerai à supporter jusqu'au moment où je n'en pourrai plus... Je ne connais pas ma limite, malheureusement... Je trouve insupportable qu'il demeure passif face à ce constat et qu'il n'envisage pas de s'en sortir. Je sais que je ne le sauverai pas même si j'ai cru que l'amour avait cette force: quelle naïveté!

Il me dit que il ne me mérite pas et ça me rend triste et malheureuse.

Lululourson - 18/02/2023 à 21h02

Bonjour,

J'ai 18 ans et mon conjoint en a 30. Mais je vis exactement la même situation que vous ... Naïvement je pensais aussi que l'amour que je lui porte pouvait tout changer

J'aurais aimé discuter en privé avec vous.

Merci

gaeelle - 15/03/2023 à 20h06

Les conjoint(e)s n'ont pas à endosser la responsabilité de soignat(e)s. D'une part cela ne fonctionne pas, deuxièmement c'est trop dur lorsqu'on aime quelqu'un. Ensuite si la personne ne veut pas se faire aider vous/quelqu'un d'autre ne pourrez pas l'aider. Je cherche comment faire comprendre à mon petit ami qu'il boit trop (sans dépendance ni la semaine mais quand même). Peut-être s'il accepte de poser la question à son médecin la prochaine fois qu'il y va...

Et surtout, ne vous oubliez pas dans cette histoire. Protégez vous d'abord (et pas que de violences physiques mais aussi de la douleur mentale). N'attendez pas d'aller mal pour vous dire que vous avez atteint vos limites. Je l'ai déjà vécu dans autre cadre et c'est très long de s'en remettre et de se retrouver soi même. Courage.
