

COMMENT AIDER QUELQU'UN QUI REFUSE DE SE FAIRE AIDER?

Par Jaibesoinaide Postée le 06/02/2024 04:08

Bonjour. Mon mari a un problème avec l'alcool. Ça s'est installé petit à petit, jour après jour, années après années. Je lui ai maintes fois dit que son attitude posait problème, que je ne supportais plus cette situation. J'ai même plusieurs fois abordé le sujet avec sa famille. Mais rien ne change. Il accepte de dire que oui il a un souci avec l'alcool mais refuse d'en parler à qui que ce soit et pense pouvoir améliorer les choses tout seul. Enfin je pense qu'il dit surtout ça pour gagner du temps et me calmer temporairement. Par me calmer je sous entends être moins sur son dos. Car oui je suis sur son dos car il dépense plus que ce qu'on peut se permettre, son attitude bien que rarement menaçante est très désagréable car il peut s'énervé sans aucune raison alors que tout allait bien jusque là, parler fort, s'énervé parce qu'on ne comprend pas ce qu'il essaye de dire.... Nos enfants ont plusieurs fois assisté à nos disputes alors que mon mari avait bu. Je ne vois plus que le divorce comme solution. Mais est-ce la seule solution que de prévoir cette vie ballottée de maison en maison parce que leur père est malade? J'ai essayé de l'aider, j'ai essayé d'être patiente. Mais là j'ai vraiment besoin d'aide: Je ne sais plus quoi faire: comment aider quelqu'un qui refuse de se faire aider? Même s'il est d'accord quand je lui dit qu'il a un problème avec l'alcool, l'a t-il vraiment accepté ?

Mise en ligne le 08/02/2024

Bonjour,

Nous comprenons bien votre désarroi et votre lassitude dans cette situation tant il est comme vous pouvez le constater très difficile voire impossible d'aider une personne qui ne veut pas d'aide. On ne peut aider une personne malgré elle.

De la même façon, il est impossible d'agir directement sur la consommation, d'empêcher, de contrôler si la personne ne le souhaite pas. C'est pourquoi il est souvent préférable de tenter de se décaler de la consommation en elle-même, ne plus la citer, pour parler davantage des conséquences de celle-ci sur votre couple, votre famille, ou bien des causes. Souvent les personnes qui s'installent dans une consommation régulière le font en réponse à un mal-être, qui peut être ancien. Le sujet du mal-être est parfois plus facilement abordable que celui de la consommation d'alcool. Et s'il refuse de l'aide pour sa consommation, peut être serait il intéressé pour être aidé sur le sujet plus profond de son éventuel mal-être.

Ne plus parler directement des consommations permet souvent d'éviter le conflit, les tensions, l'agressivité qui génèrent souvent pour l'usager un sentiment de honte, de culpabilité qui présente le risque de le conduire vers le produit pour apaiser ses émotions. C'est alors une spirale de laquelle tout le monde peine à s'extraire.

Si son attitude désagréable demeure alors que vous n'avez rien dit de la consommation, vous pouvez lui dire votre incompréhension et lui demander ce qui génère cette attitude. De même que vous pouvez dire votre inquiétude sur le budget familial sans faire le lien avec ses dépenses pour l'alcool.

En adoptant cette attitude, il arrive que le climat s'apaise et que l'usager réduise ses consommations. Si ce n'était pas le cas, il nous semble important de pouvoir vous rapprocher d'une aide et d'un soutien auprès d'un professionnel spécialisé afin de réfléchir à la décision que vous envisagez.

Le lien ci-dessous « Comment aider un proche vous apportera quelques pistes supplémentaires.

Vous pouvez également être reçu en couple, cela présente l'avantage de pouvoir se dire les choses dans le calme, s'écouter et réfléchir ensemble.

Nous vous joignons un lien ci-dessous. Vous pouvez les contacter pour prendre rendez-vous.

Si vous ou votre conjoint souhaitez aborder la situation sous forme d'échange afin d'avoir une première réflexion et des informations sur l'aide proposée, il est possible de nous joindre au 0980 980 930 tous les jours de 8h à 2h ou par chat via notre site de 14 à minuit en semaine ou de 14 à 20h le week-end.

Nous vous encourageons à vous rapprocher d'un soutien.

Bien cordialement

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

CSAPA - AKATI'J

4 rue des artisans
97378 KOUROU

Tél : 05 94 32 10 79

Site web : www.akatij.fr

Accueil du public : consultation sans rendez-vous ou avec rendez-vous du lundi au vendredi 8h-12h 13h-16h et tous les mardi jusqu'à 18h

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur place, mais également au Pôle Jeunesse de Kourou, prévention jeunesse (établissement scolaire) sur demande : I Information CJC (06 94 31 30 07).

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Comment aider un proche](#)