

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### MON ÉPOUSE EST DÉPENDANTE À L'ALCOOL... !!!

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 02/12/2014 à 22h23

Je retrouve des bribes de mon histoire en lisant vos échanges.

Cela fait déjà quelques années que je m'en doute mais chaque fois que je trouvais des bouteilles de vin à droite à gauche dans la maison, je me m'étais juste en colère contre mon épouse, elle niait ou trouvait une excuse mais quelques jours plus tard la routine reprenait le dessus et nous n'en parlions plus... Peut être la peur pour moi de faire face à l'évidence.

il y a quelques mois nous avons déménagé à l'étranger (dans son pays d'origine dont je ne maîtrise pas la langue) et l'appartement que nous avons aujourd'hui est bien moins pratique pour cacher les bouteilles... je suis donc rapidement tombé sur l'une d'entre elles... puis une autre quelques semaine plus tard.

Jusqu'au jour ou ce n'était plus des bouteilles de vin qui étaient cachées mais une bouteille d'alcool fort !!!

Je n'ai pas dormi de la nuit, j'ai contenu ma colère et le lendemain j'ai décidé d'en parler avec 4 de ses meilleures amies.

Etonnamment, elles m'ont toutes dit qu'elles s'en doutaient, qu'elles le savaient,...

Le fait d'en parler m'a fait beaucoup de bien et la colère s'est transformée en volonté de ma part de tout faire pour l'aider.

Nous sommes mariés depuis 17ans et nous avons 3 enfants.

Le mariage c'est pour le meilleur et pour le pire, avec cette maladie nous ne sommes pas très loin du pire mais ce n'est pas le moment de quitter le navire bien au contraire.

J'ai un métier qui m'amène à être très souvent absent c'est donc un stress supplémentaire de lui laisser les enfants sachant qu'elle peut potentiellement boire.

Je sais qu'elle boit, je ne sais pas combien, à partir de quelle heure de la journée, je ne sais pas si elle doit boire tous les jours ou si elle arrive à s'en passer certain.

Mon problème actuellement c'est que je lui tends la main mais elle refuse de reconnaître la maladie.

Je suis certainement encore trop dans le contrôle, je suis certainement trop impatient qu'elle se prenne en charge.

Aujourd'hui j'ai mis au courant une nouvelle personne (l'une de ses soeurs) du problème afin qu'elle puisse m'aider à trouver des solutions.

Je suis convaincu que tout doit partir d'une volonté de sa part à se soigner mais dois attendre ad vitam... ?

Tous vos conseils sur la conduite à tenir me seront bien utile...

Merci d'avance

## 15 RÉPONSES

---

[Profil supprimé](#) - 03/12/2014 à 11h13

Bonjour, ton message me touche, je suis comme ta femme sauf que j'ai décidé de me faire soigner, je n'ai pas de réponse à ta question, c'est difficile de s'avouer que l'on a un problème avec l'alcool, c'est honteux. Parles-en au chat ils sont de bon conseil. Ou rends-toi dans un csapa pour demander du soutien. Je suis de tout coeur avec toi.

---

[Profil supprimé](#) - 03/12/2014 à 16h53

Bonjour shrek

Effectivement tout doit partir de ta femme, sans le déclic tu ne pourras rien faire, le gros problème est qu'elle peut mettre plusieurs années avant de l'avoir. C'est très compliqué. Et hyper dur pour l'entourage, tu as pris de bonnes décisions en en parlant. Ne reste surtout pas seul.

Protège-toi ainsi que tes enfants. Tu peux te rendre dans un centre comme te le conseil milimanouche, en tout cas rapproche-toi de médecin.

J'espère qu'elle prendra vite conscience de son état pour elle et pour vous. Car c'est vraiment usant au quotidien

Courage

---

#### Profil supprimé - 03/12/2014 à 21h50

Merci Milimanouche et clochette pour vos messages,

Milimanouche reçois toute mon énergie positive pour ton "combat" contre cette maladie.

A titre perso, comme je suis à l'étranger et dans un pays dont je ne parle pas la langue je n'ai pas un accès physique à des structures. Mais pour l'instant je tiens le coup psychologiquement. J'arrive à faire la part des choses et j'essaie juste de lui offrir des possibilités de saisir la main que je lui tend pour l'orienter vers un spécialiste...

Clochette, parfaitement d'accord aussi avec toi, l'acceptation de la maladie et la volonté de se soigner doit venir d'elle !!! Pour nous qui sommes aux côtés de nos époux, épouses souffrant de cette maladie, c'est usant car on est impuissant... Ma crainte c'est de m'isoler car par exemple je n'imagine pas inviter des amis à la maison non pas parce que ma femme ne saurait pas se tenir... Mais j'aurais tout simplement l'impression de "pousser au crime". Je n'arrive pas à lui servir un verre de vin.

Je suis épicurien, mais cela ne me dérange pas de ne pas boire à la maison... Je suis prêt à tous les sacrifices pour qu'elle arrive à s'en sortir.

La force est en moi et je la partage avec vous !!!

---

#### Profil supprimé - 03/12/2014 à 22h06

bonjour shrek

je suis conjointe d'un homme malade alcoolique et j'ai tout fait il voulait bien mais malgré des efforts acharnés de soutien et d'accompagnement on a avancé un peu maintenant on fait une thérapie familiale, il est en traitement, mais il y a des mais! l'alcool est encore là! on a été en réunion nouvelle vie sans alcool et bonheur ça lui donne envie il entend les autres qui s'en sont sortis qui sont capable de raconter sans honte leur histoire avec la (fausse) copine l'alcool et ouah ça fait du bien! c'est possible! y aller en couple c'est bien car comme tu dis nous sommes dans le même bateau c'est vraiment de l'entraide ils ont tous envie d'aider et un ancien alcoolique peut comprendre un malade mieux qu'un médecin et aucun jugement!

tu peux essayer de mettre en place une thérapie familiale, aller à une réunion etc...

il ne faut pas obliger ni contraindre mais accompagner et positiver sur ton envie de l'aider! on peut aller en réunion en étant non abstinente!

là bas sur 6 histoires il y avait 6 épisodes de la sienne! et moi j'ai ouvert les yeux, lui a commencé des soins et de l'affirmation de soi même!

mais il a fait 4 cures infructueuses, il a perdu la garde de sa fille et va en point rencontre 1 fois par mois, et son père est décédé l'an passé! son fils de 20 ans ne veut plus le voir et sa fille n'a que 8 ans! mais il s'accroche et je garde espoir qu'un jour il prenne la décision du divorce avec l'alcool plutôt que moi!

la bise

alouette

---

#### Profil supprimé - 04/12/2014 à 13h08

Bonjour shrek et alouette

Shrek et alouette

Vous êtes des battants et vos conjoints ont énormément de chance, j'espère qu'ils s'en rendent compte. Vous êtes formidable.

Shrek malgré les difficultés que tu as avec la langue du pays tu as quoi comme structure ou spécialiste autour de chez toi ?

il faut que tu trouves qqc car tu as besoin d'être soutenue, sinon tu vas vite t'essouffler.

TA crainte de t'isoler est fondée alors essaie de garder pour ton bien-être une vie sociale. Ne rentre pas dans cet isolement car tu risques de te perdre.

Alouette,

Je suis super contente de voir que ta situation avance de manière très positive, même si elle est encore fragile,

baisse pas les bras.

COURAGE a vous 2 gros bisous

---

**Profil supprimé - 08/12/2014 à 13h01**

Merci encore,

J'ai quelques questions pour lesquelles j'aimerais avoir des avis extérieurs...

D'une part : y a t-il plusieurs stades dans cette maladie en fonction de la façon dont on boit ?

Mon épouse ne boit pas tous jours, elle a l'air capable de ne pas boire du tout ou de façon raisonnable (1 verre au diner) sur une semaine...

D'autre part, pour l'instant elle ne reconnaît pas le problème de dépendance...

Nous avons une cave a vin dans laquelle, elle ne pioche pas de bouteilles, nous avons une décoration avec un égoutoir à bouteille sur lequel sont accrochées de vieilles bonnes bouteilles (vides) que nous avons bu.

Devrais je tout enlever ???

Je n'ai vraiment pas l'impression que cela influence son comportement... les racines sont bcp plus dans une problématique psychologique et cela ne l'empêchera pas de boire si elle en a envie.

Dernier point, J'ai un métier qui m'amène a me déplacer régulièrement sur plusieurs jours pendant la semaine. Avez vous des conseils pour ces périodes ?

D'avance merci

Christophe

---

**Profil supprimé - 08/12/2014 à 17h21**

Bonjour Christophe

Très honnêtement je donne ma langue au chat, car c'est difficile à distance de se rendre compte de sa dépendance, peut être est-elle dans un début de dépendance si c'est le cas elle doit être extrêmement vigilante pour ne pas tomber plus bas et toi aussi.

Tu c'est un certain nombre d'alcoolique ce dise "je ne suis pas dépendant car je bois uniquement le we" ou encore "un verre par jour c'est rien du tout" ce qui n'est pas vrait pour tout le monde, tout dépend de la quantité ingerer sur le we. et la REGULARITE fait beaucoup.

Je pense que le plus simple pour que tu puisse avoir les réponse à tes question de façon plus précise c'est d'appeler, ou de tchater avec Alcool-info service qui seront nettement mieux te guider que moi.

0 980 980 930

voilà désoler de ne pas pouvoir éclairer ta lanterne plus que ça, a très bientôt

bises

---

**Moderateur - 08/12/2014 à 17h32**

Bonjour Shrek,

Tout d'abord je n'ai pas encore eu l'occasion de le faire alors je le fais maintenant : bienvenue dans nos forums ! Merci d'y avoir expliqué votre situation et merci aussi à Alouette, Clochette et Milimanouche d'avoir pris le temps de vous répondre.

Il y a plusieurs stades à la maladie alcoolique et il y a aussi plusieurs formes à cette maladie. De ce que je comprends, votre femme a une consommation qu'elle cache - j'ai envie de dire "honteuse" - sporadique mais sérieuse au point que vous retrouvez régulièrement des cadavres de bouteille vide. Un signe important est son déni du problème. Un signe troublant pour vous est qu'elle est capable de ne pas toucher à certains alcools à disposition comme elle est capable de ne pas boire ou de limiter sa consommation certains jours.

Il est donc très probable qu'elle a une relation trouble avec l'alcool mais il est aussi vraisemblable qu'elle soit dans un alcoolisme qui reste limité. Certains vous diront que là où il y a "alcoolisme" il doit y avoir en réponse l'abstinence. D'autres vous diront qu'une relation excessive à l'alcool peut se maîtriser sans y renoncer totalement, par exemple à l'aide de médicaments. Dans les deux cas il faut 1) que la personne soit capable de reconnaître son problème 2) qu'elle ait envie de le résoudre 3) quelle accepte d'être aidée. C'est sa santé, son profil "alcoolique" et son objectif - abstinence ou reprise du contrôle - qui va déterminer la forme d'aide adéquate pour elle.

Vous avez en fait très bien fait de mettre au courant ses amies et sa soeur. En effet, la "publicité" faite de sa consommation auprès de son entourage brise le silence et le tabou dans lequel elle s'installe et permet d'en parler. C'est un premier pas important dans l'acceptation de son problème. Mais il ne faut effectivement pas être impatient. Cela permet aussi que vous ne soyez pas seul à affronter son problème et à essayer de l'aider. En revanche, il faut veiller à ce que cette "révélation" ne se transforme pas en "tribunal" et, devant l'impuissance des uns et des autres à la faire changer, en colères dirigées contre elle (cela ne ferait que l'enfoncer) ou en relations qui se désagrègent (cela ne ferait que l'isoler). Il faut notamment comprendre que lorsqu'on a une "relation difficile" avec l'alcool (pour employer une périphrase), "arrêter de boire" ne consiste pas à cesser de prendre de l'alcool du jour au lendemain. L'alcool-dépendance est une maladie qui est une véritable douleur pour la personne qui en est victime, très difficile à combattre et dont les solutions sont loin d'être simples pour la personne concernée. Il est très difficile aussi pour ces personnes malades d'accepter tout simplement leur état.

Pour ce qui est de votre cave, le problème n'est pas d'actualité tant qu'elle n'aura pas fait le pas de se soigner. Si elle devait décider de devenir abstinent il est certain qu'il serait préférable d'éloigner cette tentation. Si elle prend le chemin d'une consommation contrôlée, alors cette cave pourra rester là où elle est. Tant qu'elle est dans les dispositions actuelles la présence ou l'absence de la cave ne changent rien à son problème. Même si le vin était ailleurs elle se fournirait en alcool autre part. Et vous dites d'ailleurs que de toute

façon elle n'y touche pas elle-même : cette cave est un faux problème. C'est la même chose pour la décoration dont vous parlez.

Vous remarquez dans votre dernier message que les racines de son comportement doivent être plus psychologiques. Effectivement, c'est probablement le cas. Mais j'aurais envie de vous demander : que savez-vous justement de cet état psychologique ? Par exemple votre épouse a-t-elle subi des traumatisme ? Ou encore votre femme s'ennuie-t-elle ? Trouve-t-elle difficile de rester à la maison seule ? Est-ce difficile pour elle de devoir s'occuper des enfants ? Ce n'est pas quelque chose qu'une épouse-mère peut avouer facilement. Cependant, si vous lisez plusieurs fils de ces forums, vous remarquerez qu'il y a plus d'une mère de famille qui boit soit pour combler un vide soit pour "décompresser". Savez-vous tendre l'oreille à la douleur sourde de votre femme ? Y a-t-il dans son entourage des personnes qui pourraient le faire ? Ce n'est pas facile mais c'est important : comprendre son état d'esprit sous-jacent, les conditions qui font qu'elle ressent le besoin de boire. Vous trouverez peut-être dans cette écoute des pistes pour l'aider.

Je n'aurais pas de conseil particulier pour vos périodes de déplacement. Vous pouvez vous enquérir d'elle en lui téléphonant régulièrement mais il ne s'agit pas de tout contrôler non plus. Si vous comprenez qu'elle boit par ennui alors peut-être faut-il questionner la fréquence de vos absences ou bien l'aider à se trouver une activité. Je ne sais pas si elle travaille ou non mais peut-être aussi se sent-elle "déclassée" si elle ne travaille pas ou n'a pas d'autre activité que de tenir la maison et s'occuper des enfants ?

Enfin, dernier point, qui ressort d'une impression personnelle : vous nous expliquez ce que vous avez constaté de sa consommation mais à aucun moment vous ne nous dites comment s'exprime sa consommation, en quoi est-elle problématique à vos yeux ? Est-elle ivre tous les soirs ? Fait-elle des bêtises ? Vous met-elle dans l'embarras ? Pique-t-elle des colères ? Et pourquoi cela provoque-t-il de la colère chez vous ? D'où vient cette colère ?

Cordialement,

le modérateur.

---

#### Profil supprimé - 09/12/2014 à 10h39

bonjour modérateur,

Vous tomber à pique pour Shrek, car j'étais vraiment ennuyé de ne pouvoir l'aider, c'est dur d'être dans une impasse face à la douleur des gens.

merci

---

#### Profil supprimé - 09/12/2014 à 17h45

Bonjour le modérateur et encore une fois merci Clochette,

Vous ne pouvez pas savoir à quel point votre message a répondu à mes interrogations. C'est tellement proche de ce que je vis, ce que je pense et vos suppositions sont tellement justes !

Je vais commencer à mon tour par répondre à vos questions...

Comment s'exprime sa consommation ? Est elle ivre tous les soirs ?  
Tout d'abord quand elle est ivre c'est toujours le soir (jamais en journée) et ce n'est pas tous les soirs, J'ai passé une semaine à la maison la semaine dernière et elle n'a pas été ivre une seule fois,  
Elle peut tituber, avoir un peu de mal dans la cohérence de ses propos ou répéter plusieurs fois la même chose, un autre indice très visible pour moi c'est qu'elle va se coucher très tôt (21h-21h30) alors que normalement elle veille jusque 23h voir un peu plus.  
Un indice à l'inverse de sa sobriété est sa capacité à lire tardivement...  
Je crois tout simplement que quand elle est ivre, elle n'arrive plus à se concentrer donc même regarder la télé est un effort.

En quoi sa consommation est un problème à mes yeux ?  
C'est je crois le fait qu'elle se cache pour boire qui est pour moi le plus gênant. Au départ elle me disait, qu'elle ne voulait pas boire devant les enfants...

Fait elle des bêtises ?  
Tout dépend ce que l'on appelle par bêtises...  
elle ne prend pas la voiture, ne frappe pas les enfants...  
Une fois que je suis rentré tard je me suis aperçu qu'elle avait uriné à côté du lit... J'ai quelques fois dû allumer la lumière pour l'aider à trouver la Porte des toilettes au milieu de la nuit !!!

Me met elle dans l'embarras ?  
C'était avant que j'accepte vraiment l'idée qu'elle à un problème Avec l'alcool.  
1 seule fois, je n'avais pas remarqué qu'elle avait bu et nous sommes allés boire un verre au bar à vin à côté de la maison. Nous avons bu 2 verres et en sortant elle était vraiment saoule à tel point que la serveuse m'a demandé si tout allait bien. J'ai eu la honte de ma vie mais je n'ai pas percuté... c'était pourtant il y a peu !!!

Pique t-elle des colères ?  
Non pas particulièrement.

Pourquoi cela provoque une colère chez moi ? D'où vient cette colère ?

Question très difficile à répondre...

C'est certainement un mélange de beaucoup de choses :

Un sentiment de honte que je peux avoir

Certainement un Sentiment aussi de trahison

La peur de l'avenir

Mon incompréhension qu'elle ne puisse se contrôler alors que pour moi rien n'est impossible.

Je suis diabétique de type 2 et comme je l'ai dit je suis épicurien, j'aime manger et en particulier manger sucré depuis mon plus jeune Age.

Depuis plus d'un an maintenant je ne mange plus un morceau de sucre, plus aucun dessert, plus un Soda,... RIEN

Pour moi tout est question de volonté si on veut on peut et la personne qui n'arrive pas c'est qu'elle est faible... Dans la vie il faut être fort, c'est ce que j'essaie d'inculquer à mes enfants là c'est le contre exemple...

Mes propos sont certainement très durs mais j'essaie d'être le plus honnête possible. J'ai franchi je crois un cap en acceptant sa faiblesse et en lui tendant la main plutôt que de prendre mes affaires, mes enfants et partir...

La colère venait des tripes vraiment... dès que je constate qu'elle boit ou que notre Grand fils me le Signale... cela me fait mal au bide, et je ne peux trouver le sommeil.

Si je parle maintenant du côté psychologique :

Je ne sais pas si elle a subi des traumatismes.

Elle n'a jamais beaucoup parlé de sa vie de famille étant enfant.

Nous sommes mariés depuis 18 ans et j'ai récemment appris par sa soeur que son papa (décédé avant que nous soyions ensemble) avait quitté le foyer familiale mais aux yeux de tous le monde son papa et sa maman étaient encore ensemble.

Mon épouse est venue en France pour moi, elle a laissé un très bon travail (en Suisse) pour venir me retrouver car elle était enceinte de notre 1er.

Elle a sacrifié sa carrière pour la famille alors que ce n'était pas une "maman naturelle".

Du fait de la barrière de la langue (elle est germanique), que nous habitons la province et que je me déplace bcp pour mon travail et elle n'a jamais plus retrouvé un travail qui lui plaisait vraiment et rémunéré à la hauteur de ce qu'elle avait avant.

Il y a 2 ans son entreprise a déposé le bilan, elle a fait parti de la charrette et cela a certainement été très dur pour elle, bien plus que je ne l'ai pensé sur le coup car nous n'avons pas de souci Financiers.

S'occuper seule (ou presque des enfants) réellement c'est un challenge pour elle. Nous avons 2 Petits enfants (7 et 9 ans) avec beaucoup d'énergie, très complices, qui en épuisent plus d'un autour d'eux surtout quand ils sont tous les 2 Ensemble.

Bien que nous soyons maintenant dans son pays de naissance comme elle n'a pas encore retrouvé du travail elle est maman à plein temps ou presque et c'est dur pour elle.

Suis je capable d'entendre ses douleurs ?

Je ne l'ai certainement pas été beaucoup jusque dans un passé récent mais c'est une femme qui n'aime pas se plaindre non plus.

Une de ses amies que j'ai mis dans la confiance me disait qu'elle a essayé à une ou 2 Occasion de lui dire qu'il fallait qu'elle se fasse aider mais pour elle c'était juste un Petit coup de mou et que ça allait aller mieux.

Voilà, vous en savez maintenant beaucoup plus sur nous.

Les vacances arrivent rapidement et je vais pouvoir être à son écoute et essayer encore de lui tendre ma main...

C'est avec beaucoup de plaisir que je lirai vos réponses, vos commentaires,...

Bien cordialement

Christophe

---

**Profil supprimé - 10/12/2014 à 17h54**

Bonjour Christophe,

J'espère arriver enfin aujourd'hui à rédiger ce message ; voici donc mes réflexions sur plusieurs des tiens. Surtout, sache que ce que j'écris ne sont que des HYPOTHESES, même quand je suis affirmative et directive, car je ne suis pas professionnelle, et personne n'a le pouvoir d'être « dans la tête » de l'autre...

D'abord, je trouve que tu as une très bonne attitude face à ce qui se passe.

Tu lui tends la main, et bien plus ; toutes tes antennes sont en alerte.

Dans ce que tu dis de son histoire, je trouve pas mal de déni, peut-être de honte, de culpabilité (côté histoire de son père ; et de trahison aussi, tout le monde fait comme si...). Ces deux sentiments ne lâchent jamais, ils sont à chaque instant dans l'esprit et plombent le moral tous les jours. (pour moi, la vie psychique est comme la partie immergée d'un iceberg par rapport à la vie quotidienne, celle qu'on veut bien montrer aux autres...)

Ensuite comme tu le dis, élever les enfants n'est pas facile et en plus, ce n'est pas valorisant, surtout si elle avait un bon travail avant... Est-ce que tu vois un moyen de l'aider à se décharger de la garde continue des enfants, qu'elle puisse avoir des activités pour elle régulièrement ? Relaxantes et/ou valorisantes ? Rechercher du travail ?

Toi, tu es fort et super volontaire dans ta vie ; elle a l'habitude de serrer les dents, elle veut être à la hauteur, ne pas te décevoir, alors accepter de l'aide extérieure est loin d'être dans ses idées/sa logique, elle se donne l'obligation de réussir toute seule. Aussi, si tu a exprimé ta colère plusieurs fois ça prendra un peu de temps d'ici qu'elle réalise que ton attitude a changé, qu'elle puisse tabler sur le fait que tu ne la juges ni ne la condamnes.

En tous cas, n'agis pas sans elle, quel que soit le sujet ; qu'elle se sente impliquée tout du long, vous faites ensemble et elle a tout ton soutien. Rien dans son dos. Et toi, impliqué mais sans peur (perso, je pers mes moyens et mon efficacité si j'ai peur).

Et juste au cas où...

J'ai de très bon échos d'une clinique en Allemagne, à Hornberg (Forêt Noire). Ils soignent l'alcoolisme, les autres dépendances, et la dépression. Ce n'est peut-être pas trop loin de chez vous, et ça vaudrait la peine de vous renseigner. (et ils ont peut-être des contacts en Suisse qui sait).

Continue à utiliser ta créativité et invite la sienne, associe la sienne, pour trouver les solutions vers la sortie de la crise. Bonne chance !

Hoplà.

---

**Moderateur - 11/12/2014 à 12h54**

Bonjour Christophe,

Merci pour l'exercice d'introspection et d'honnêteté auquel vous vous êtes prêté.

Le problème d'alcool de votre épouse n'est pas encore majeur mais il souligne chez elle une faille. Je ne sais pas quelle est la part de son passé là-dedans mais je rejoindrais Hoplà sur le fait que retrouver une place sociale qui soit valorisante à ses yeux est important. Il est probable qu'il faille l'encourager à retrouver le travail qui lui plaît et la soutenir si elle n'y arrive pas. Déculpabilisez-la aussi, éventuellement, du fait de travailler plutôt que de s'occuper de ses enfants. Cependant, le mieux serait bien évidemment et avant toute chose d'identifier ses aspirations plutôt que cela soit nous qui, de l'extérieur, définissons ce dont elle a besoin. Nous ne parlons que par hypothèses. C'est peut-être par vos discussions et votre écoute que vous l'aidez à mieux définir ce à quoi elle aspire pour moins s'ennuyer ou souffrir.

Je suis au regret de vous dire que tout n'est pas toujours une question de volonté. La maîtrise de soi et le contrôle sont plus aisés lorsqu'on est sûr de soi, qu'on connaît son problème et ses solutions, qu'on est en état de faire des choix clairs. Ce n'est plus le cas lorsque le mal-être est diffus, qu'on souffre sans pouvoir mettre le doigt sur ce qui fait mal, qu'on a des failles narcissiques. Lorsqu'on est dépendant à une substance psychoactive c'est encore plus difficile et la solution n'est certainement pas "qu'une question de volonté" !

Mais vous avez conscience je crois de tout cela. Vous faites la différence entre "ce qui devrait être", ce qui est et ce qu'il est possible de faire. Ce n'est pas qu'avec sa volonté que votre femme limitera sa consommation d'alcool. C'est avant tout très probablement en s'épanouissant dans sa vie. Alors oui elle aura toutes les ressources pour exercer pleinement sa volonté.

Je comprends, lorsque vous décrivez votre réaction, que ce que fait votre femme vous angoisse. Le mal de ventre est assez caractéristique de cela. La colère est sans doute une défense contre cette angoisse. Et l'angoisse vient peut-être de ce qu'avec l'alcool que boit votre femme il y a "échappement", quelque chose qui n'est plus sous (votre) contrôle, où votre épouse est dans un "ailleurs" auquel vous n'avez pas accès. Peut-être est-ce un angoisse de la perdre que vous ressentez, tout simplement. Vous avez l'air en effet très amoureux d'elle, très fidèle à elle et à votre mariage. Ce qui a suscité d'ailleurs chez vous cette réaction très saine, comme le souligne Hoplà aussi, de lui tendre la main.

Sur de telles bases je suis optimiste pour vous deux, mais à la condition peut-être que vous sachiez lui laisser suffisamment d'espace pour qu'elle retrouve sa place. Ce n'est pas à vous de décider pour elle et ne cherchez pas à tout contrôler. Ecoutez-là, discutez, marchez ensemble me semble être un beau programme pour vous deux.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Profil supprimé - 07/02/2015 à 11h14**

bonjour

je viens vous donner des nouvelles de notre aventure contre l'alcool.

Noël est passé et s'est bien passé, l'alcool était pas présent, la famille réunie a permis de s'amuser de se distraire de manger ensemble etc... Et puis des projets qui se dessinent, il avait un jugement au JAF le 15/01 pour voir plus sa fille et une formation pour 1 an qui commençait le 02/02.

mais le plus réussi a été le rdv chez mon médecin traitant, qui lui a bien voulu lui prescrire du baclofène! ENFIN!!!

il était sous SELINCRO avant c'était REVIA, il était malade et grossissait à vu d'oeil, arrêt du traitement il buvait quand même! après c'était sélincro mais anxioleptique pour le soir, plus somnifère + anxio pour la journée, plus alcool quand même + tabac, le mélange de toutes ses molécules plus la dépendance alcool et tabac toujours là!!!

j'étais inquiète de tous ces médocs qui ne changeait rien car stress demande alcool!

et le baclofène est arrivé!

il a commencé avec 1cp 3 fois par jour puis 2 puis 3 actuellement! plus du tout d'envie de boire, de voir de l'alcool de sentir même l'odeur dans un tabac l'a dégouté!

Il est complètement sobre depuis 15 jours pas touché une goutte d'alcool, son appétit est revenu, ses idées claires, ses envies, sa réflexion et sa détermination! les réunions dans l'association nouvelle vie sans alcool l'aide à parler et se sentir à l'aise avec des gens qui le comprennent et il y a l'entraide, le non jugement!

maintenant il y va tout seul et hier pour la 1ère fois a pu dire abstinent! depuis 15 jours! un super début!

tout a changé, son attention envers moi, la vie, il se projette, la formation a commencé et ça l'intéresse, c'est dur de se concentrer et rester à rien faire, mais la rigueur lui permet de se recentrer,.

nous allons mieux tous ensemble

---

#### **Profil supprimé - 14/02/2015 à 11h01**

salut alouette

Whoua !!!!! que de changement, c'est extra tout ça !

enfin un peu de répis et surtout de nouvelles bases de vie qui se dessinent, que c'est beau. Tiens nous au courant de l'avancer

gros bisou

---

#### **athletic - 23/10/2022 à 14h44**

Bonjour,

j'ai le même problème à la maison. Nous sommes ensemble depuis 22 ans parfois j'avoue que j'en ai marre et pour les enfants je reste avec elle.

Cependant c'est invivable au quotidien.

Elle ne veut plus rien faire, tous les prétextes sont bons pour rester à la maison, et que j'aie seul à droite ou à gauche car elle ne veut pas s'éloigner de son cubis de rosé en fait et quand je rentre je me demande toujours comment je vais la trouver en rentrant.

Les enfants n'en peuvent plus non plus nous lui en avons déjà parlé mais alors là c'est la catastrophe elle nie complètement.

Elle est une autre personne agressive, ce qui "marrant" c'est d'essayer de cacher, elle chantonne, elle mange du pain avec du fromage ou mange des chewing-gum en les machant comme une vache, en fait elle fait pire que mieux. Mais que faire, au lieu de taxer le carburant faite exploser le prix de l'alcool peut-être que ça va calmer les alcooliques. n'y a-t'il pas moyen par le biais de ce genre de site de faire appel à des médecins qui leur enverraient une convocation sans parler de l'alcool et de leur mettre un traitement car pour les familles c'est vraiment l'enfer

Franck

---