

## COMMENT AIDER MON MARI?

---

Par Profil supprimé Postée le 12/04/2015 22:15

bonjour,

Mon mari ne boit pas souvent, mais la plupart du temps c'est lorsque je ne suis pas là où en cachette de moi et il me ment...

Je n'arrive plus à lui faire confiance sur ce sujet... Et je sais quand il a bu... Ce soir ça a été la goutte d'eau de trop, devant les enfants il parlait mal, m'insultait, rigolait quand les enfants répétaient... Et il est tombé plusieurs fois...

Je ne sais plus quoi faire...

Il a été voir un addictologue qui lui donnait des médicaments qui le mettaient dans le même état, et il buvait toujours de façon occasionnelle. En ce moment il va voir une hypnotiseuse, à part 60 euros par mois en moins je ne vois pas d'amélioration...

Comment puis-je l'aider? Mon comportement ne doit pas l'aider non plus mais je n'y arrive plus, je le soupçonne tout le temps... On parle d'acheter une maison et j'ai des doutes... Je ne sais plus quoi faire... Il dit qu'il a besoin d'un substitut, mais je ne pense pas que ce soit la solution...

Son père était alcoolique et décédé de complications de l'alcool...

Merci pour vos réponses

---

### Mise en ligne le 13/04/2015

Bonjour,

Vous et votre mari tentez de trouver une solution à son problème d'alcool, sans que cela n'ait pour le moment abouti. Ses consommations, bien qu'occasionnelles, indiquent qu'il vit certaines difficultés qui lui sont peut-être trop difficiles à supporter, l'alcool pouvant venir répondre à un besoin, comme celui de s'apaiser ou de s'évader par exemple. Bien qu'il n'existe pas de substitut à proprement dit, un traitement peut dans certains cas représenter une aide efficace à la diminution ou à l'arrêt. Il peut cependant être nécessaire de se questionner sur les raisons qui le poussent à boire, ce qui peut être un point de départ pour envisager une aide adaptée. Il y a autant de manières d'arrêter que de raisons qui font que l'on peut boire, et chacun trouve ce qui lui convient.

Si un certain type de traitement comme l'hypnose ne semble pas lui convenir, peut-être peut-il envisager d'autres pistes. Cela peut être réfléchi avec l'aide de professionnels spécialisés dans un centre de soins en addictologie par exemple. Des psychologues, des médecins ou encore des travailleurs sociaux pourront lui proposer un accompagnement régulier à travers des entretiens individuels. Cette aide est gratuite et confidentielle. Pouvoir réfléchir de votre côté à comment l'aider peut nécessiter de recréer des relations plus apaisées entre vous, d'arriver à dialoguer, même si cela ne dépend pas que de vous. Sachez qu'ils reçoivent aussi l'entourage afin d'avoir un soutien, et qu'il est parfois possible de consulter en couple afin de parler des répercussions que cela peut avoir sur son fonctionnement au quotidien, notamment sur le manque de confiance à son égard, les tensions, vos suspicions, etc.

Ne connaissant pas votre lieu d'habitation, vous pouvez obtenir une orientation mais aussi être soutenue en nous contactant, que ce soit via le Chat (dans la colonne de droite de la page d'accueil de notre site internet), ou par téléphone au 0980.980.930, tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé). N'hésitez pas non plus à informer votre conjoint de l'existence de notre service dans l'éventualité où il souhaiterait aborder à distance sa situation.

Cordialement.

---