

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

PERDUE

Par **Profil supprimé** Posté le 06/09/2017 à 03h13

bonsoir

Il est 3h du matin et je vous écris car je pense que mon mari est probablement alcoolique. En fait je ne sais pas. Nous venons de nous disputer une pleine nuit car il a fait pipi au lit et je l'ai surpris.

Il m'a dit que j'halucine et que je disais n'importe quoi. Pourtant les faits sont là. J'ai oublié de préciser qu'il est rentré saoul.

Pourtant il ne boit pas tous les jours. Mais quand il boit en soirée ou avec ses amis il ne sait pas s'arrêter.

À plusieurs reprises je lui ai fait remarquer que tant qu'une bouteille n'était pas terminée il ne pouvait s'arrêter.

Il vient d'un milieu (parents divorcés) qui a connu des problèmes avec l'alcool.

Il reprochait à sa mère de boire trop et il ne se gêne pas pour boire avec elle!!!

Je pense qu'il devient dépendant mais qu'il arrive encore à se contrôler jusqu'à quand????

Il a besoin d'être dépendant de qq chose (cannabis ou alcool) il a repris la fumette après plus de 15 ans d'arrêt et sa réponse lorsque je lui fais remarquer est "comme ça je bois moins" mais quand il boit je me retrouve dans vos différents commentaires.

Je n'ai jamais bu et je n'aime pas l'alcool aussi il utilise ce prétexte pour me dire que je n'y connais rien.

Pourtant les rares fois où il boit il va devenir amusant et se desinhiber.

S'il a trop bu il peut devenir agressif et ce soir c'est allé trop loin.

Il sait qu'il a un problème mais il ne veut pas l'entendre. Certains de ses amis lui ont fait remarquer et il me l'a dit.

Alors pourquoi continue-t-il?

J'ai passé ma nuit à lire les messages dans les forums et je suis en larmes car je me rend compte que mon mari est dépendant.

Nous sommes ensemble depuis de nombreuses années on s'est marié il y a 2 ans et nous 2 enfants. Nous avons des projets. Il est super un bon père et un bon mari.

Mais je n'arrive pas à comprendre et surtout l'aider.

Je pense qu'il doit boire en dehors car nous n'avons pas d'alcool à la maison.

Il me ment aussi

Je suis déçue frustrée et énervée

Merci pour votre aide

1 RÉPONSE

Moderateur - 07/09/2017 à 14h03

Bonjour Toona,

Si votre mari est dépendant de l'alcool alors essayez d'imaginer deux minutes ce que cela peut être.

La dépendance signifie qu'on ne peut pas s'en passer ou que, quand on commence, on ne sait plus s'arrêter. Si l'on n'a pas bu depuis quelques temps on veut absolument se mettre à boire sinon on se sent mal et, dans les cas les plus graves, on se retrouve en manque.

La dépendance a une assise biologique : c'est le cerveau qui réclame et qui dicte sa "loi" et pas tout à fait la "raison". Cela explique que même si on sait que ce n'est pas son intérêt, on continue à boire. De même, on est prêt à tout - et notamment à mentir - si cela doit permettre de boire sans s'attirer trop d'ennuis. Quand on est dépendant la priorité c'est de boire.

Alors, quand on vit aux côtés d'une personne dépendante c'est particulièrement difficile à vivre et vous avez tout à fait raison : c'est décevant, frustrant, énervant. Vous allez devoir dépasser cela si vous voulez pouvoir aider votre mari. Car vous le remarquez : c'est aussi un bon père et un bon mari. Simplement l'alcool vient ternir cela et il ne peut pas s'empêcher d'en prendre.

Il est un peu difficile, dans le cadre de cet espace, de vous expliquer tout ce que vous pourriez faire. Cela demande plusieurs conversations.

Aussi je vous invite à vous rapprocher d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA). Les consultations y sont gratuites et dédiées aussi à l'entourage des personnes alcooliques. Vous pourrez expliquer ce qui vous arrive et

écouter les informations et conseils du professionnel que vous aurez en face de vous. L'objectif de ces rendez-vous peut être de vous aider à mieux comprendre la situation et ce que vous pouvez et ne pouvez pas faire. Vous ne pouvez pas le "sauver" ou le changer d'un coup mais vous pouvez, par certaines actions, l'aider à accepter de changer et de se faire aider.

Vous pouvez également rejoindre un groupe de parole de personnes qui, comme vous, ont un conjoint ou un proche alcoolodépendant. Cela permet de se sentir moins seule et de comprendre beaucoup de choses sur ce que vous pouvez faire ou non. L'association Al-Anon offre des groupes de parole à travers toute la France. Vous pouvez vous renseigner ici : <http://al-anon-alateen.fr/>

A tout âge et quel que soit le parcours il est possible de sortir de l'alcool. Cela apporte de grands bénéfices mais néanmoins cela demandera beaucoup d'efforts à votre mari et des efforts de compréhension et d'adaptation à vous-même.

Vous trouverez le CSAPA le plus proche en appelant notre ligne d'écoute au 0 980 980 930 (8h-2h tous les jours, appel non surtaxé) ou en utilisant notre rubrique "Adresses utiles" : <http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>

Courage, vous trouverez des pistes pour agir et cela ira mieux.

Cordialement,

le modérateur.
