

AIDEZ MOI

Par Petitchat Postée le 09/05/2021 06:37

Bonjour mon conjoint est très alcoolique j ai essayé de l aide mais a chaque fois c est encore pire que la fois précédente Le pire a chaque fois qu il bois j en prend plein la tête je peux Est ce que je peut faire pour l.aider??? Merci

Mise en ligne le 10/05/2021

Bonjour,

Nous comprenons votre sentiment d'impuissance face à votre conjoint en difficultés avec l'alcool.

Nous aurions besoin d'un petit peu plus d'informations concernant les consommations d'alcool de votre conjoint, et ce qu'il a déjà essayé de mettre en place pour s'en détacher. Cela nous permettrait de mieux comprendre la fonction qu'il y trouve (détente, bien-être, besoin...), et de pouvoir vous présenter les outils adaptés à sa situation. Nous vous encourageons donc à nous envoyer un autre message, ou à contacter notre service via le tchat ou la ligne d'écoute (0 800 23 13 13, tous les jours sans exception, entre 8h et 2h), afin d'échanger avec notre équipe d'écouter-e-s et de faire le point sur votre situation. Nous tenons à vous préciser qu'en tant que compagne, votre rôle relève davantage du soutien que de la participation. C'est à votre conjoint que revient la responsabilité de sa démarche. Nous vous glissons en fin de réponse les articles de notre site internet consacrés à la posture de l'entourage, et notamment à la manière d'ouvrir le dialogue après une reconsommation.

Par ailleurs, nous sommes conscient-e-s de votre lassitude vis-à-vis des comportements désagréables voire violents de votre conjoint sous l'emprise de l'alcool. Il s'agit d'une substance qui a des propriétés désinhibantes, et qui peut générer des réactions imprévisibles et excessives. Lorsque votre conjoint a consommé de l'alcool, ses perceptions et ses comportements peuvent être altérés. Sur le moment, il est peu probable qu'il puisse entendre ce que vous traversez. Nous vous encourageons donc à privilégier un moment où il pourrait être réceptif. S'il est le seul véritable acteur de sa démarche, et si vous n'avez pas la possibilité de faire quoi que ce soit à sa place, nous pensons cependant qu'il est important que vous puissiez vous sentir écoutée et considérée dans votre position de compagne éprouvée par la situation.

Les proches des personnes en difficultés avec l'alcool peuvent se sentir démuni-e-s et en détresse. Il vous est possible d'être soutenue pour traverser cette période difficile, notamment grâce à des professionnel-le-s de l'addictologie. Nous vous proposons l'adresse d'un service d'addictologie qui se situe près de votre lieu de résidence, et qui propose un suivi psychologique à l'entourage. N'hésitez pas à consulter l'article qui dresse les différentes formes de soutien dont vous pouvez bénéficier.

Nous vous souhaitons une bonne continuation, et de prendre bien soin de vous.

N'hésitez pas à revenir vers notre service en cas de besoin.

Bien cordialement.

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

ESPACE ARC EN CIEL - DÉPARTEMENT D'ALCOOLOGIE ET DE CONDUITES ADDICTIVES DU CH D'AVESNES

Route de Haut-Lieu
B.P. 10209
59363 AVESNES SUR HELPE

Tél : 03 27 56 55 18

Site web : www.ch-avesnes.fr/presentation.html

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

Permanence téléphonique : 24h/24, 7j/7 au 0 800 36 82 38 Service téléphonique relié au secrétariat aux heures d'ouverture, orientation si nécessaire vers un professionnel soignant. Relié directement au service d'addictologie en dehors des horaires d'ouverture du secrétariat.

COVID -19 : Mise à jour OCTOBRE 2022: port du masque obligatoire

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Comment aider un proche ?

- Il a recommencé à boire...
- Comment me faire aider ?