

AIDE CONJOINT

Par Ectopl4sme Postée le 09/11/2021 19:13

Bonjour, je cherche de l'aide pour parler à mon mari. La dernière réponse que j'ai eu à ma tentative d'amorce de discussion est : "je sais je bois trop". Aujourd'hui je suis au chômage pour reconversion et en rangeant le garage j'ai trouvé une cachette avec carrément un cubi. Je suis en colère et je ne sais plus comment aborder la question sans être agressive. Nos filles sentent bien que ça ne va pas et si j'arrive à communiquer facilement avec elles je voudrais d'abord que mon mari reconnaisse qu'il ne boit pas juste trop, pour ne pas le mettre en défaut devant elles. Sur le site j'ai du mal à trouver un groupe d'écoute proche de chez moi juste pour la famille. C'est la première fois que je recherche de l'aide pour moi et je ne sais pas trop par où commencer. Merci de votre aide

Mise en ligne le 10/11/2021

Bonjour,

Nous entendons votre souhait d'être aidée à aider votre mari. Le mélange de sentiments que vous vous éprouvez face à ses consommations et ce qu'il en dit, la colère notamment dont vous faites état et qui peut se manifester par de l'agressivité, complexifie probablement vos relations et les tentatives de discussion sur le sujet.

Des aides pour l'entourage existent, en individuel et/ou en groupe. La plupart des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) accompagne aussi bien les usagers que leurs proches. Vous pourriez donc être reçue par un professionnel de l'addictologie en consultation individuelle et ainsi bénéficier de soutien et de conseils personnalisés et adaptés aux difficultés spécifiques auxquelles vous vous confrontez. Certains de ces centres ont mis en place des groupes de parole à destination de l'entourage en vue de partager des expériences, de s'entraider. Ces groupes sont en général « animés » par l'un des professionnels de l'équipe du centre. Enfin, il existe en dehors des CSAPA des associations d'entraide entre pairs ayant ouverts des groupes pour l'entourage.

Pour y voir plus clair sur ces différentes possibilités, nous vous invitons à lire l'article que nous vous joignons en bas de message. N'ayant pas plus de précision sur votre ville de résidence, nous ne pouvons pas vous proposer d'orientation mais, via la rubrique « Adresses utiles », vous pourrez trouver les contacts les plus proches de chez vous.

Nous restons à votre disposition bien sûr si vous avez besoin de revenir vers nous, n'hésitez surtout pas. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat jusqu'à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous.

En savoir plus :

- "Comment me faire aider?"