

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# APRES PLUSIEURS CURÉS, PRESQUE 1 AN DE QUASI ABSTINENCE, ET IL RECOMMENCE À CONSOMMER!

Par **Ceroma22** Posté le 27/03/2022 à 23h53

Mon mari a commencé à avoir des soucis avec l'alcool il y a plus de 10 ans. Cela c'était arrêté, puis il y a 3 ans il a repris de plus belle avec de fortes alcoolisations. Jamais en soirée, toujours seul en cachette. Il a fait 3 cures en 2 ans. La dernière il y a 1 an avait semblé être efficace. Mais depuis décembre il recommence à consommer. Dans des proportions moins importantes mais il prend de l'espoir et ce n'est pas du tout compatible! Ces dernières semaines c'est 2 ou 3 fois par semaine qu'il consomme. Il dit qu'il n'a plus le droit de rien faire depuis qu'on lui a dit 0 alcool!

Mes enfants de 9 à 19 ans avaient eu beaucoup de mal à lui refaire confiance après avoir vu des scènes pas cool de leur papa allongé par terre! Jamais de violence physique mais des mots que les enfants ne devraient pas entendre de la bouche d'un papa!

Dans son travail il ne s'éclate pas. Il voudrait en changer mais ne se prend pas vraiment en main pour y arriver.

La je ne sais plus comment faire pour l'aider, et je me demande si je dois encore y croire. Je suis moi aussi à bout de ces rechutes. A chaque fois c'est de ma faute ou de celle des enfants, jamais de la sienne.

Hier soir j'avais envie de le taper tellement il m'énervait. J'ai peur de ne pas me contrôler un jour.

Pensez-vous que la sortie de cette maladie est vraiment possible?

Je crois que je l'aime encore mais je commence vraiment à me demander?

Que me conseillez-vous pour protéger mes enfants, me protéger et l'aider lui. Comment faut-il agir ou réagir?

## 2 RÉPONSES

**Ella** - 01/04/2022 à 23h40

Bonjour,

Je compatis avec ce que vous vivez et vous souhaite bon courage. Cela m'attriste de lire que même sous traitement et après des cures, l'addiction est toujours là, ainsi que ses ravages sur les proches. Je me demande comme vous si l'on peut sortir de cette maladie, du moins vivre avec sans en souffrir et en faire souffrir les proches. Je n'ai jusqu'ici pas de preuves que c'est possible.

Je vis une séparation récente après plus de 3 ans à essayer d'y croire. Je me suis surprise à y "croire encore" malgré ma décision dont je suis sûre. Pas plus que quelques jours après les belles paroles et les actions fortes, les vieux démons et les vieilles habitudes reprennent. Cela me conforte bien sûr dans mon choix.

Je vous conseillerais de vous protéger, vous et vos enfants. Je vous conseillerais de prendre du temps pour vous, d'échanger avec vos proches, et que la solution soit alors plus simple pour vous.

Beaucoup de femmes qui écrivent ici conseillent de partir, des proches m'ont aussi dit la même chose.

Mais la bonne décision pour nous est celle que l'on décide, pour nous seule.

Courage à vous pour tous ces temps. Prenez bien soin de vous, c'est l'essentiel !

**Moderateur** - 04/04/2022 à 19h01

Bonjour Ceroma22, bonjour Ella,

Oui il est possible d'arrêter de boire dans la durée, c'est-à-dire vivre sans souffrir de cette maladie et sans en faire souffrir les autres. Mais on ne pourra jamais vous dire avec certitude qu'il n'y aura pas de rechute. Certains rechutent et d'autres arrivent à vivre une abstinence heureuse tout au long de leur vie. Ces derniers ont souvent rechuté, eux aussi, avant d'y arriver !

La rechute est un moment de découragement pour tous. Pour la personne qui avait arrêté de boire d'abord. Pour l'entourage ensuite. Cela apporte exactement ce que vous exprimez : l'impression que cela ne finira jamais, qu'on ne s'en sortira jamais. Mais c'est inexact. La rechute est un soubresaut mais n'a rien de définitif si la personne qui boit sait se remettre en selle, avec éventuellement l'aide de son entourage.

La personne qui a une addiction à l'alcool est fragile et doit, pendant longtemps, se mobiliser pour ne pas boire. C'est d'autant plus difficile que nous sommes dans une société où les sollicitations à boire sont nombreuses. Le zéro alcool peut paraître radical et barbant. C'est ce qui semble arriver à votre mari, Ceroma22.

Mais les personnes qui arrêtent durablement vous diront aussi que ce qui a peut-être fait la différence c'est qu'elles ont pu accepter qu'elles n'étaient pas comme tout le monde face à l'alcool et que s'en libérer définitivement n'était pas une punition mais une libération. C'est une tournure d'esprit que votre mari ne semble pas encore avoir acquise ou qu'il a peut-être oublié, Ceroma22. Le fait que son

métier ne le passionne pas et qu'il soit peut-être en échec contribue peut-être effectivement aussi à cette envie de "se libérer" ou de se relâcher pour l'oublier. Votre mari manque peut-être un peu de choses qui l'intéressent.

Sachant cela je crois que vous avez les cartes en main pour essayer de discuter avec lui des voies qui l'amèneraient à reprendre confiance en lui. Il serait également intéressant de reprendre contact avec un addictologue pour réajuster son traitement et parler justement d'une remise en marche d'un arrêt. Un petit accompagnement psychologique peut être nécessaire, pour le faire parler de ses difficultés mais aussi de ses réussites (avoir été abstinent est une réussite) et de ce que serait pour lui une abstinence heureuse.

Enfin, le conseil d'Ella est important : prenez du temps pour vous, ne donnez pas toute la place à ce problème, même s'il est important.

Cordialement,

le modérateur.

---