

L ALCOOL ET LE DÉNI

Par **Jeanne66** Posté le 05/09/2022 à 20h34

Bonsoir,
Je suis marié avec un homme depuis 25 ans qui est vraiment adorable et l'idée de parler de lui ici me fend le cœur mais j'ai besoin d'aide ou d'écoute...
Dans son milieu agricole l'alcool fait parti de la vie c'est à dire que chaque moment de détente est obligatoirement accompagné d'un verre (enfin de plusieurs).
Cela fait des années que cela est source de conflit entre nous car il consomme bcp.
En fait tout les jours midi et soir c'est apéro... et pour lui ce n'est pas un problème c'est un mode de vie !
Les quantités sont de plus en plus importantes et forcément il est de plus en plus soûlé souvent .
Il me dit que j'exagère que j'en rajoute que je suis traumatisée par mon père qui buvait bcp et qui était lui très violent.
Mais j'arrive à un point où je ne sais plus comment faire pour qu'il ouvre les yeux.
J'ai envie de tout plaquer mais je l'aime pour tout ce qu'il est le reste du temps... le souci c'est que l'alcool est tellement présent que je me demande finalement si ces moments ne sont pas plus présents que ceux où il est sobre.
Pour lui c'est moi qui fait une fixette.
Qu'il a besoin de se détendre
Merci pour vos conseils et votre écoute...

3 RÉPONSES

Pepite - 06/09/2022 à 11h07

Bonjour Jeanne66,

Bienvenue sur ce forum.

Vous décrivez parfaitement le contexte réaliste qui est perçu différemment par votre conjoint.
Il va en effet trouver tout un tas d'excuses, agrémentés par la culture environnante.

Néanmoins il ne trouvera aucune bonne raison de nuire à sa santé. Vous pouvez en parler tous les 2 avec le médecin traitant.

Je ne perçois aucune agressivité dans le comportement de votre mari que vous décrivez adorable.

En revanche vous mettez en exergue votre rapport douloureux avec l'alcool lié à votre histoire.
Le fait que vous en parliez avec lui est topissime . C'est un excellent moyen pour communiquer tout ce que vous avez éprouvé ou ressenti dans votre propre vécu.

Dites lui ce qui vous a fait mal, les blessures ressenties, les sidérations face à cet état d'être déstabilisant, ce que vous souhaitez pour vous et surtout ce que vous ne supportez pas.

Soyez claire avec vous-même sur ce que vous voulez et sur ce que vous refusez de revivre.

Qu'en pensez-vous ?

En espérant vous éclairer sur ce que vous savez déjà au fond de vous.

Prenez soin de vous,

Pépité

Jeanne66 - 06/09/2022 à 12h23

Merci sincèrement pour cette analyse qui me bouleverse car elle est tellement juste !
Cela me surprend car c'est la première fois que j'aborde le sujet avec qq d'extérieur à mon couple
Et cela me rassure aussi que mon regard n'est pas forcément déformé par mon vécu et qu'il est réellement en train de se détruire et que moi je suis en train de me perdre dans notre relation.
Merci sincèrement je vais essayer de trouver le moyen de l'orienter vers notre médecin pour aborder le sujet mais je ne suis pas convaincu.
Merci encore

Pepite - 06/09/2022 à 12h51

Si vous êtes sincère, convaincue par votre demande, il sentira que quelque chose se passe.
Pour cela, faites d'abord une introspection sur ce qui compte pour vous.

Quelques pistes :

Vous pourriez lui dire :

- Qu'il n'y a aucun doute sur le fait qu'il a un problème avec l'alcool et que c'est à lui de le régler.
- Que vous refusez de revivre ce contexte qui a été douloureux pour vous.
- Que vous êtes dépassée par ce qu'il se passe et que sa consommation d'alcool vous rend malheureuse. Attention ce n'est pas lui qui vous rend malheureuse, c'est sa consommation d'alcool.
- Qu'il a les ressources pour surmonter ce problème et que vous sera là lors de ses soins.
- Qu'en effet cela peut venir de vous. Dans ce cas proposez lui de vérifier ensemble tout cela avec le médecin traitant.

L'humain met en place des mécanismes de défense incroyables.
Il vous déroutera, cherchera à vous culpabiliser et bien d'autres.

Restez ferme sur ce que vous voulez et seul l'amour apaise tout.

Prenez soin de vous, c'est important.

Pépité
