

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

BESOIN D'AIDE

Par **Profil supprimé** Posté le 19/02/2014 à 09h00

Bonjour,

Je vis depuis 10 ans avec mon mari qui a toujours bu quelques verres, mais depuis notre mariage il y a un an et demi sa consommation est devenue excessive au point d'être régulièrement ivre le week-end.
Je lui ai demandé plusieurs fois de voir notre médecin, mais il n'admet pas qu'il boit trop et a besoin d'aide.

Ayant déjà souffert d'un grand-père alcoolique, je n'accepte pas du tout cette situation, au point de devenir violente avec lui lorsque son comportement est affecté par l'alcool.

Mon mari est absent toute la semaine pour son travail et ne rentre que le week-end.
Pour la première fois aujourd'hui, j'appréhende le week-end qui arrive, je suis limite en état de panique.

Je me dis qu'il faudrait que je le laisse tranquille quand il est comme ça mais je n'arrive pas à maîtriser ma colère.

J'ai peur !

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 19/02/2014 à 10h59

Bonjour Domie

Je suis Sébastien, alcoolique abstinent et je te réponds car je connais trop bien ce comportement pour l'avoir vécu et fait subir à mon entourage pendant de nombreuses années. Je comprends parfaitement ta colère vis à vis de ton mari lorsqu'il est ivre et pourtant, je suis tenté de te dire que c'est exactement l'attitude à éviter. Je pense qu'il faut que tu prennes du recul par rapport à sa dépendance, le voir comme une maladie, te dire que ce n'est pas une tarre ni un vice et que c'est ultra compliqué de l'admettre. La colère ou l'animosité va forcément aggraver la situation et dégénérer très vite dans le conflit et la seule issue que ton mari va trouver, c'est de boire encore et toujours plus. Je n'ai bien sûr pas de solution miracle mais en tout cas, je pense qu'il est préférable d'ouvrir le dialogue avec lui lorsqu'il est à jeun et en aucun cas lorsqu'il est alcoolisé. Il sera plus emprunt à l'accepter avec les idées claires. Il faut absolument que tu prennes du recul pour maîtriser cette colère. Comme tu le dis, il est sans doute dans un état de déni par rapport à sa dépendance et pour avancer, il a besoin d'admettre. C'est vraiment pas facile de s'avouer vaincu alors patience, confiance et dialogue sont à mon avis des outils adaptés.

Courage à toi

Sébastien

Profil supprimé - 19/02/2014 à 13h36

Bonjour Sébastien,
Merci de ta réponse.

Je suis tout à fait consciente de devoir faire ce que tu dis.

Nous avons déjà eu des discussions à jeun, à ce moment-là mon mari me dit qu'il m'aime et fera des efforts, mais ça ne dure guère qu'une ou deux semaines et ça repart de plus belle.

J'ai bien conscience que ce n'est pas facile pour lui.

Je voudrais qu'il prenne rendez-vous avec un médecin addictologue mais il refuse.

Je dirais que pour lui le problème n'est pas pire, c'est pour moi que je m'inquiète, je ne supporte plus et j'ai peur de mes réactions.

Et je suis seule face à ça parce que ça n'arrive jamais devant la famille ou les amis, et parce que je l'aime et que malgré tout je crois en lui, je ne veux pas encore faire la démarche d'en informer nos proches. Aussi parce que je ne veux pas les ennuyer avec nos problèmes.
