

COMMENT CONVAINCRE MON MARI D ARRÊTER ??

Par [Altacq](#) Posté le 17/11/2023 à 23h20

Bonjour à tous

Je vis avec mon mari depuis 16 ans.

Je n ai pas compris tout de suite qu il était alcoolique...

Professionnellement il s est toujours retrouvé proche de collègues plus vieux que lui qui l'emmenaient déjeuner au resto avec l alcool qui coulaient à flot..

il avait l image du bon vivant, festif, rigolo...

Son chef, notre voisin a commencé à passer tous les soirs chez nous pour prendre l apéro. De mon côté, je travaillais loin et tard et pendant ce temps là, les bouteilles de vin et de ricard défilaient à la maison

L habitude efface les effets secondaires dans un 1er temps...

Je ne sais pas comment j ai pu passer ces années...

J ai fini par interdire le ricard à la maison.

Je l ai menacé de partir un jour de repas calme : étonnamment ce jour là a été une prise de conscience

Il a fait des efforts et a considérablement réduit le ricard

Par contre il a remplacé par le rosé et est convaincu que c'est moins nocif...

J ai encouragé cette phase qui pour moi serait une transition

Sauf que le provisoire a duré et qu il est dans le déni

1 bouteille de vin par repas tous les week end et toutes les vacances ? Normal !!! Lorsqu il est en télétravail 2 jours par semaine, il lui arrive d'être bourré le soir quand je rentre (alors qu il doit gérer notre fils de 5 ans !!!)

Nous avons un enfant de 5 ans qui commence à se rendre compte des défaillances ponctuelles de son père (« papa était pas très bien réveillé mais tu lui dis pas... »)

Je pense qu il faut qu il arrête totalement mais il refuse catégoriquement l'idée..

Je l'ai menacé de partir 2 fois déjà (notamment après que la maîtresse de mon fils m'ait appelé au travail pour me prévenir de rentrer car mon mari était ivre à la sortie d école...)

Rien n y fait.... Je vis par cycle :

Des phases où tout va mieux, il se restreint....

Et puis dès que le boulot le stresse par exemple, ça recommence (je pense qu il s est totalement décrédibilisé en appelant son chef le vendredi après midi bourré... du coup, moins de confiance et plus de stress.... Cercle vicieux. Évidemment il nie et préféré faire porter le chapeau sur ses collègues, son chef...)

Ces soirs là, j ai tous les torts, il est agressif verbalement, il ne supporte pas mon regard désapprobateur..

Le lendemain, il fuit le dialogue alors je lui écris mon ressenti par what'app ou par mail... j ai rarement de reponse, il refuse le dialogue

Je ne sais pas/plus comment faire

Je veux protéger mon fils (mais comment partir quand vous savez que le père aura un droit de garde partagé..... Et quand on sait que le stress engendrerait une descente aux enfers...)

Désolée j étais trop longue ?????

Avez vous des partages d expérience ? Des bonnes pratiques ?

Merci de votre aide !

1 RÉPONSE

Sunday - 16/12/2023 à 10h16

Bonjour,

on n'est jamais trop long quand on partage sur un forum! 😊

Merci pour votre témoignage. Je ne peux que être sensible à votre situation. Je suis une ancienne consommatrice. Je ne connais pas votre mari mais comme vous l'expliquez si bien, il est pris dans un engrenage où :

- il a un statut aux yeux de ses collègues, voisins : le bon vivant; Celui avec qui on aime être, plaisanter, celui avec qui on peut picoler sans avoir à se reprocher quoique ce soit. Renoncer à l'alcool c'est renoncer à ces moments pour en créer d'autres, recréer un environnement différent où l'alcool n'existe pas /peu.

- il a une famille qui tient à lui et il a conscience de sa consommation. Il a, avec brio réduit sa consommation, mais ce n'a duré qu'un temps. Car le piège de la dépendance s'est renfermé sur lui. Il ne peut plus maîtriser sa consommation. Il était capable de réduire, de différer peut être. Ces actions, aussi petites soient elles aux yeux de l'entourage demande un effort considérable et mérite reconnaissance de l'entourage. C'est avec des petits pas que l'on peut faire des centimètres qui deviendront des mètres/ maître et des kilomètres. A ce rythme, ces kilomètres vous paraissent lointains. Mais guérir de la dépendance à l'alcool prend du temps. Car consommer a une utilité pour la personne. S'ajoute à cela son corps qui lui réclame encore plus de boisson. Et la dessus, difficile d'agir.

Il y a sa maladie, qu'il reconnaît en partie, vous avez réussi à produire une sorte d'électrochoc. Mais il y a votre enfant qui a besoin de grandir dans un environnement sain, bienveillant. Son père l'aime, assurément mais comme dit précédemment il est prisonnier de sa maladie.

Et il y a vous. Qui avez ce recul pour constater le problème. Voir l'ampleur des dégâts. Vous inquiéter pour votre mari, pour votre fils.... Et vous?

Votre mari pourra continuer à avancer mais avec l'aide de thérapeutes. La gestion de la dépendance ne peut pas se faire sans.

Ne restez pas seule avec ces préoccupations. Il existe des lignes téléphoniques dédiées à l'écoute de l'entourage, il existe aussi des groupes de paroles pour l'entourage où le conjoint peut se joindre aux réunions.

Croyez moi ou non, le soleil finit toujours par briller.

Prenez soin de vous.
