© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Comment aider mon mari

Par Elojim49120 Posté le 07/05/2024 à 21h12

Bonjour,

Alors voilà je vous expose ma situation car je suis impuissante et ne sait plus comment venir en aide à mon mari... Nous sommes ensemble depuis l'âge de nos 15 ans soit 17 ans de vie commune, 8 ans de mariage et 3 magnifiques enfants. Mais voilà il y a 3 ans mon mari a eu une grosse dépression suite a une enfance plus que difficile... Un père violent, une mère absente bref des souvenirs très douloureux... Et depuis l'alcool est venu prendre place dans notre vie. Ça a commencer par une bière tous les soirs puis deux voir trois et ensuite les week end où il finit dans de mauvais états... Il n'a jamais été violent envers moi et les enfants et je pense ne le sera vraiment jamais car il ne veut surtout pas ressembler a son père. Mais il est quand même agressif, surtout piquant quand l'alcool s'installe. De temps en temps, il se rend compte qu'il a un problème avec l'alcool mais il me dit clairement que cela lui permet de ne pas réfléchir sur son passé. Il a été longtemps suivi par une psychologue avec anti dépresseur ect... Mais depuis 1 an plus rien. Je lui dit d'y retourner mais pour lui personne ne peut l'aider. Il est voué a sombrer au fur à mesure... Il y a 3 semaine j'ai vraiment cru enfin a une prise de conscience car il avait décidé d'acheter des bières sans alcool et boire seulement quelques verres le week end car il m'a dit j'ai un problème avec l'alcool. Je précise qu'il ne boit aucun alcool fort il boit que de la bière ou du vin. Mais voilà aujourd'hui la situation a dégénéré. Ce midi au travail, plusieurs bières et verres de rouges en mangeant pour finir complètement alcoolisé et des collègues qui le ramènent a la maison ivre. Quelle déception en moi... Obligée de quitter le travail et m'occuper des 3 enfants qu'il devait récupérer au retour du travail. Et là il me dit ne pas être bien dans sa tête ce que je conçois mais il ne veut plus se faire aider ni pour la dépression ni pour l'alcool alors que faire ? Comment l'aider ? J'ai déjà supporter la dépression qui croyez moi a été très dur a affronter car j'ai du porte la famille sur mes épaules et tout gérer pour qu'il aille mieux. Mais au final elle revient et en plus avec l'alcool... Comment s'en sortir ? Je suis tellement désespérée et triste car j'aime mon mari plus que tout et j'aimerais tellement l'aider.... Je vous remercie d'avoir pris le temps de me lire et de me répondre...