Vos questions / nos réponses

Aider mon mari

Par Profil supprimé Postée le 10/10/2010 21:26

> Bonjour
> Mon mari 56 ans a fait 3 cures de désintoxication en 6 ans. Il souffre terriblement de mal être. Lorsqu'il boit c'est souvent seul, en cachette jusqu'à se mettre en danger car il est diabétique, insulino-dépendant. Il ne supporte plus son oisiveté mais est incapable d'entreprendre quoi que ce soit. Il voudrait partir, changer d'air mais a besoin d'une prise en charge. Il refuse de prendre des anti dépresseurs car il ne veut pas être un légume et en plus les anti-dépresseurs ne font pas bon ménage avec l'alcool. Tout repose sur mes épaules depuis des années mais si j'étais capable de l'aider, on le saurait. Je finis par le mépriser, le prendre en grippe. Mes sentiments envers lui vont du dégoût à la pitié. Les scènes sont trop fréquentes. Quand j'essaie de vivre en parallèle, boulot, sorties, associations, activités, je suis moins présente et il va plus mal. Si je suis sans cesse à ses côtés, c'est une lutte continuelle pour le sortir de sa léthargie, de son mal de vivre.
> Je pense qu'il attend la solution miracle, le centre de désintoxication idéal, loin de chez lui, où on prenne en compte sa personnalité (c'est un musicien qui ne joue plus !), où il rencontre des gens qui l'amènent vers le haut et non vers le bas comme ceux qu'il a rencontrés lors de ses cures. Il avait mis beaucoup d'espoir dans un centre alcoologique à Royan mais il ne peut pas y aller n'étant pas abstinent depuis assez longtemps.
> Première question : existe t-il vraiment un endroit où il pourrait se restructurer ?
> Deuxième question : est-ce que je dois continuer à le porter et nous sommes en train de couler tous les deux car il m'entraine ou dois-je tracer ma route et le laisser au bord du chemin ? Je sais que s'il arrivait à redevenir lui-même, je retrouverais l'estime et même l'amour que j'avais pour lui.
> Que faire ? Merci de votre réponse.

Mise en ligne le 11/10/2010

Bonjour,

Pour répondre à votre première question, il existe en effet des structures qui pourraient l'aider à rompre définitivement avec l'alcool et à se reconstruire. Il s'agit des centres de post-cure qui proposent une prise en charge globale : hébergement, participation à la vie commune, activités multiples (sport, cuisine, jardinage, théâtre, photo,...) et suivi médico-psycho-social obligatoire.
Selon les centres, la durée de la prise en charge peut varier de plusieurs semaines à plusieurs mois.

Notez que l'admission dans ce type de centre suppose qu'il soit déjà sevré de l'alcool sur le plan physique. Mais il peut y accéder dès que son sevrage est terminé.

Si votre mari est intéressé, il peut faire une recherche d'adresses sur toute la France (voir lien ci-dessous), en choisissant "Alcoologie" pour le domaine et "Hébergement thérapeutique" pour le secteur.

Pour répondre à votre deuxième question, il semble que vous apportiez vous-même la réponse en écrivant que vous êtes en train de "couler" tous les deux. Il vous entraîne, certes, mais vous vous laissez entraîner depuis plusieurs années. Vous avez fait le choix de tout porter sur vos épaules, en espérant sans doute qu'il allait se ressaisir. Mais cela est bien souvent un choix trop lourd, qui ne peut aider personne au final. D'une part, cela vous a peu à peu épuisée, d'autre part, cela a sans doute permis à votre mari de croire qu'il pouvait rester dans une certaine passivité et se reposer entièrement sur vous.

Pour commencer à aller mieux, votre mari doit d'abord reconnaître sa responsabilité dans ce qui lui arrive. Et tant qu'il sera porté par vous (comme on porte un enfant, fragile et innocent), il aura sans doute du mal à faire ce chemin.

Vous êtes consciente aujourd'hui de vos sentiments de dégoût et de pitié et cela est déjà un grand pas vers plus d'attention et de sincérité envers vous-même. Tentez à présent de prendre conscience que si vous décidez de "tracer votre route", vous n'êtes en rien responsable de ce qui va lui arriver. Vous ne le laissez pas au bord du chemin, c'est plutôt lui qui n'arrive pas, pour l'instant, à se remettre en chemin.

Il ne tient qu'à lui d'essayer à nouveau d'être aidé par des professionnels et de s'autoriser à aller au coeur de ses souffrances, interroger les véritables raisons de sa consommation, pour s'en libérer enfin. Il est le seul à pouvoir prendre cette décision.

Bon courage à vous pour la suite.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses Utiles
- rech=s