

“Alcohol en geweld”

Als zelfstandige ervaar ik veel stress. Ik moet toegeven dat ik daarom wel eens grijp naar alcohol: het maakt me rustig, zeker na een onderhoud met een lastige klant. Maar mijn vrouw ziet wanneer ik teveel op heb. Zij kan hier niet mee om. Ik kan haar beschuldigend gezicht niet zien, als ik beschonken binnen kom. En dan discussiëren we, en dan gebeurt het dat we elkaar slaan. Vorige maand heeft ze na een ruzie de politie gebeld. Zij verwezen ons door naar hulpverleners uit de buurt. Daar leren we opnieuw naar elkaar te luisteren. Ik merk dat ik in stresserende situaties al minder naar alcohol grijp...