

JE NE SUPPORTE PLUS

Par **Profil supprimé** Posté le 11/07/2019 à 15h08

Bonjour

En couple depuis plus de 20 ans 2 enfants vie de couple toujours compliquée je pense que l'alcool a toujours été un pb mais je me rends compte vraiment depuis 3 ans depuis que notre grande s'en soit rendu compte il boit seulement le soir mais ce qui est dingue c'est que pourtant " ancien gros buveur en fête " aujourd'hui 2 verres lui suffisent pour partir en vrille et là plus de contrôle le moindre détail le fait vriller (la pelouse pas assez arrosée etc) il en devient violent dans ses paroles et surtout avec la petite dernière de 11 ans elle essuie à chaque fois les plâtres et comme je tente de calmer le tout il supporte pas , au dernière nouvelle on engueule sa fille comme ça (de toute manière il a beaucoup de mal avec elle)

j'en ai marre il peut être bien et ça repart beaucoup de stress au taf (il bosse encore chez nous très tard il décroche jamais) je pense que l'alcool lui sert d'anti dep mais cela a une forme inversée .
Et puis j'essaie de garder une "vie normale " quand je craque pas et ça il le supporte pas (tu me mets de coté , tu t'en fous de moi) un besoin sans cesse d'être rassurée c'est fatigant lassant

Je crains pour tout de partir en vacances d'aller chez de la famille etc et marre de faire semblant (on dort plus ensemble car l'odeur de l'alcool m'insupporte) et lui voudrait toujours une vraie vie sexuelle donc ça rajoute un pb bien sur : comment lui expliquer que je peux pas être si je suis pas en confiance et bien et que 5 mn avant il vient encore de vous en coller plein la tête ou à la gamine

Je comprends pas pour moi y' a dépression derrière tout ça mais en attendant il n' pas de pbs c'est moi le souci

je compte plus les fois ou j'ai cherché à partir mais j'ai peur, peur de lui (ça sera l'enfer ça je le sait)

Je me sens pas en sécurité j'en ai déjà parlé mais très peu comprennent vraiment il est tellement gentil en société , les gens n'osent pas il a du charisme , beaucoup ne comprennent pas ils voient ça comme de simples conflits mais c'est un mal être , une forme de maltraitance envers moi et les filles

Désolée c'est un peu brouillon tout ça mais j'ai du mal à être concise

Merci

28 RÉPONSES

Profil supprimé - 12/07/2019 à 01h05

Bonsoir sab1176,

Je suis comme toi conjointe d'un époux alcoolo dépendant, et bien qu'en couple depuis trente ans (je n'ai que 51 ans mais cela semble de nos jours si peu probable cette durée 😊), et comme toi pour diverses raisons (du à un éloignement géographique lié au travail), je découvre depuis 4 ans la dépendance de mon mari, je suis désespérée comme toi face à ce pb et je gère au mieux pour notre fille unique de 16 ans, mon mari comme le tien semble dépressif, le mien sait qu'il a un pb il a tenté de le régler avec une prise en charge par un centre d'alcoologie et prise de médoc mais a tout arrêté il y a 1 an et demi.....

Le mien aussi travaille et ne boit que le soir (jusqu'à tard) mais aussi le Week-end (dès le midi) et rebelotte le soir donc la vie de famille et les sorties sont compromises. Je ne suis désormais que la mère de ma fille et sa co-locataire (je fais chambre à part), je sais que cela est extrêmement difficile d'essayer de comprendre pourquoi ??

Je ne me sens pas non plus en sécurité, car il a déjà par le passé mis sa vie en danger (chutes) mais il ne conduit jamais en étant alcoolisé. Je gère du mieux que je peux cette vie de famille bancale et je sais que cela est extrêmement usant d'autant plus que les autres (même ma famille et mes amis sont au courant) ne peuvent jamais vraiment réaliser car ils ne le vivent pas, combien cette maladie impacte le quotidien du malade mais aussi et surtout celui de l'entourage qui subit impuissant à cette descente aux enfers ...

J'ai pris le parti pour l'instant de garder les moments gais et simples mais aussi de m'éloigner pour me protéger ainsi que ma fille jusqu'à sa majorité (pas la force de divorcer et de tout recommencer pour l'instant). Il faut penser à soi pour pouvoir tenir c'est la seule solution....

Je t'envoie du courage et plein de pensées.

Profil supprimé - 12/07/2019 à 21h21

Merci je reviens plus tard

Profil supprimé - 16/07/2019 à 14h58

Bonjour

week end encore compliqué

et là il y a un truc bizarre hier ces parents étaient là hier soir ils venaient chercher notre dernière pour 10 jours elle va pouvoir se poser un peu
et là au cours de l'apéro il avait bu une bière et deux verres de blanc juste avant de passer à table il s'absente 20 mn au toilettes pas bien il y retournera plusieurs fois au cours de la soirée en tentant de faire bonne figure (moi je le connais) et vomissements c'est drôle c'est comme si il supportait plus du tout disons son corps (il doit aller faire une prise de sang c'est déjà la troisième qu'il refuse) a suivre

Profil supprimé - 16/07/2019 à 19h01

Bonjour,

Il semble que ton mari soit dans le déni (le fait de refuser la prise de sang qui révélerait son pb), et si effectivement son alcool-dépendance est ancienne, il est sûr que les problèmes de santé vont finir par s'accroître,

Le mien, lorsqu'il avait abusé et était malade, c'était tjs parce qu'il n'avait pas digéré le repas mais jamais à cause de sa consommation, il minimisait la chose ou la passait sous silence.

C'est une stratégie pour ne pas se remettre en cause. Je te souhaite de prendre soin de toi et d'éviter toute angoisse inutile, c'est malheureux mais ils sont les seuls à pouvoir se soigner et malgré notre soutien et notre attention, tant que le déclic ne sera pas là, c'est inutile voire néfaste pour nous de vouloir contrôler, conseiller, ils le ressentent comme une atteinte à leur liberté de boire tranquillement. Cette maladie est tellement complexe !!!

Je te souhaite de pouvoir te ressourcer tout de même avec l'été qui est là malgré ces craintes sur son état de santé.

Profil supprimé - 18/07/2019 à 16h12

C'est tout ça il minimise il est pas fou il a compris quand je pense qu'avant au moindre bobo il allait au médecin

a suivre c'est douloureux quand même tout ça

Joyeuse triste - 18/07/2019 à 20h52

Bonsoir Sab,

Comme toi après 18 ans de vie de couple j'ai dit stop. Il m'a fallu 3 ans pour comprendre que sa consommation d'alcool venait combler un manque, des frustrations une dépression...

En 3 ans je l'ai vu devenir une loque. Comme l'image du SDF, sale et bourré. Il a très peu fait d'efforts pour arrêter. Dans mon cas avec le recul j'ai senti que c'était allé au max pour me dégoûter et que notre couple cesse. Peut-être inconsciemment il n'avait pas la force d'arrêter notre relation. Bref tout ça pour te dire que j'ai pris l'initiative de le quitter quand je suis arrivé au point d'être malade psychologiquement. Angoisse et crainte... je pleurais tous les soirs sur le trajet après le taf car je ne voulais pas vivre cet enfer. J'ai voulu aussi protéger mon fils 8 ans à l'époque. J'avais aussi très peur des conséquences de cette rupture jusqu'au jour où j'ai trouvé la force. Je ne fais pas l'éloge de rompre avec un alcoolique mais surtout survivre à cela. Et si il ne se soigne pas tu as deux options subir et accepter ou partir et vivre. La vie est vraiment trop courte et elle est précieuse. Pour info j'ai perdu mes rêves (maison, bord de mer ...) mais j'ai gagné une sérénité qui vaut tout !

Bon courage à toi, soit forte et maître de ton destin !

link - 18/07/2019 à 23h52

Bonsoir, San,

Comme toi aussi et comme joyeuse triste j'ai dit stop aussi après 21 ans de vie de couple avec l'alcoolisme de mon épouse et par conséquent
MON ALCOLISME codependent je m'oriente vers la séparation salutaire je l'ai déjà fait avec l'alcool, 1 mois d'abstinence grâce au capsas qui m'aide admirablement bien...

Pour info aussi j'ai perdu mes rêves aussi, vacances maison essayer de croire au miracle d'une vie sans alcool et disputés avec ma tendre aimée et sans violences physiques de sa part...

J'ai aujourd'hui gagné aussi une vie sans tourment sans angoisse une vie enfin tranquille...

Même si je dois rester seul je préfère une vie seul qu'une vie dans l'enfer de l'alcool

On vit qu'une fois et on a le droit aussi au bonheur...

J'ai le grand saut dans une nouvelle vie j'espère que tu feras pareille

Bon courage bise ERic

Bonjour

Je suis mariée à un malade alcoolique depuis 27 ans. Famille recomposée ce qui ne facilite rien, bien au contraire . Cela fait 33 ans qu'il boit mais c est ce que l'on appelle l'alcoolisme mondain. Il aurait dû investir dans un pipeline de Whisky.

Classe moyenne supérieure, j'ai toujours caché, excusé,, fait le pare feu, fais à sa place, je me suis isolée, plus beaucoup d'amis trouver des excuses même avec toutes les violences psychologiques, physiques etc.....

Depuis le 12 mai j'ai dit STOP , violence de trop , il en était de ma survie. Comme vous plus confiance et tout ce qui en découle inutile de faire un dessin nous avons toute le même.

Ce que je peux affirmer aujourd'hui c' est que l'entourage n'est absolument pas pris en compte dans le parcours de soins il n'y a rien ou peu, bien sûr il y a les al ênons qui ont le mérite d'exister, que la faute c'est toujours le conjoint, que nous sommes toutes atteintes du " syndrome de l'infirmière " nous voulons sauver l'autre, mais nous nous oublions et nous nous épuisons .

Pour ma part j'ai cherché à ME comprendre et J AI compris . Je suis codependante, ne pas confondre avec co alcoolique Je ne bois pas.

J'ai trouvé un livre,une pépite (livre de poche). Vaincre la codependance Mélodie Beatty

Et puis je me suis renseignée j'ai demandé à rencontrer des associations en dehors des hôpitaux , le psychiatre de mon mari. Etc.....

Ce que je peux dire c'est que derrière tout cela il y a toujours une histoire de vie non résolu , des noms dits, des blessures , des schémas de reproduction de l'enfance . Toujours cherchons bien

Et progressivement j'ai compris non plutôt j'ai intégré le fait que je n'y peux rien et que si on le vit pas on ne peux pas comprendre ce qu'est la vie avec cette maladie.

J'ai décidé de prendre soin de moi c'est à dire mettre à distance cette famille toxique, y compris ses enfants 33 et35 ans, j'ai expliqué, écouté, pris en compte mais je suis restée ferme, je ne dérogerai pas, hors de question . Je suis même partie le laissant seul face à lui même cuite plus forte que les autres au whisky .

Mon mari rentre pour la deuxième fois en cure lundi prochain pour trois mois. Depuis le 12 mai en allant sur les forums j'ai compris que cette maladie ressemble à la maladie d'Alzheimer c'est à dire que quelquefois, je retrouve le mari que j'ai épousé il y a 27 ans et quelquefois ce c'est l'autre personne Doc Jekyl et Mrs Hays.

Je passe par des phases.

actuellement c'est la phase colère et injustice et progressivement je me détache de cette maladie et de cette famille (Haute Bourgeoisie Normande)

Je ne connais actuellement l'aboutissement de ces trois prochains mois, une chose est sûre c'est qu'il HORS de question que je replonge dans la codependance .

Mon cas est bien évidemment différent de certaines d'entre nous ,j'ai 65 ans pas d'enfant à charge et je sais qu'il nest pas simple de tout quitter tout recommencer il faut du temps pour prendre une décision mais lorsqu'elle est prise C'est la bonne décision j'en suis convaincue.

Plein de courage à toutes et à tous

link - 22/07/2019 à 23h46

Bonsoir, cb

Je viens de lire en entier ton message et je vois que tu as pris la bonne décision, il faut tenir et surtout penser à toi

Je pense que l'on a tous ce déclit un jour, marre de supporter une vie de m... à cause de l'alcool et mare

Aussi d'être tjrs là pour les autres et absent dans notre vie à nous nôtre moi

Je viens de lire qqes passages d'un ouvrage du Dalaï-lama il disait déjà que derri des belles façades ce caché bien des misères

Et j'ai pensé à vous,le courage du changement de vie quel bonheur par la suite..

Bon courage et à bientôt à vous lire

Eric

Profil supprimé - 23/07/2019 à 11h27

ah mn message ne s'affiche ?!!

Moderateur - 23/07/2019 à 11h36

Bonjour Sab1176,

Nous n'avons pas reçu de message de votre part depuis le 18/07 dans ce fil de discussion (mis à part celui ci-dessus nous signalant que votre message ne s'affiche pas). Il est possible que vous ayez été victime d'un incident technique. Cela peut arriver si le système vous déconnecte à votre insu, ce qui est le cas notamment lorsque vous mettez beaucoup de temps pour écrire un message ou que vous êtes connecté depuis longtemps.

Nous vous invitons à sauvegarder vos messages sur un logiciel de traitement de texte ou dans votre presse-papier avant de cliquer sur "envoyer". Ainsi, si votre message n'est pas correctement envoyé, vous pourrez néanmoins le récupérer et le coller dans l'espace de réponse.

Vous savez que votre message a été correctement envoyé si vous voyez apparaître, au bout de quelques secondes, le message de confirmation selon lequel votre message a été envoyé aux modérateurs pour validation.

Nous sommes désolés si votre message a été perdu. Ce n'est en tout cas pas dû à un refus de validation de notre part.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 23/07/2019 à 11h52

merci

bon du coup je sais plus ce que je voulais dire pff

que je vais lire ce livre que oui je sais depuis longtemps que je suis dépendante affective de lui mais plus amoureuse car il faut être fou pour supporter tout ça

qu'il est maltraitant dans ces paroles avec moi, mais que pour lui tout est de ma faute que je devrais rester calme quand il m'envoie bouler (oui je m'énerve vite donc si il est pas trop con il devrait pas me pousser à bout non plus qu'il me reproche de plus avoir de vie de couple ah oui il donne tellement envie d'être avec lui, que je dors plus avec lui (oh que c'est agréable les ronflements et l'odeur de l'alcool)

Il refuse toujours d'aller faire sa prise de sang comme ça il va crever et il sera tranquille (génial)

je sais que tout ça est lié à un traumatisme familial et qu'aujourd'hui je devrais le plaindre l'aider (choses que j'ai fait de longues années) mais cela est fini et je pense que pour lui ça a été dramatique que d'une certaine manière je l'abandonne désolée je pense à ma survie celles des filles aussi

Le grand saut oui je le ferai mais si j'ai peur du vide

Profil supprimé - 26/07/2019 à 14h18

prise de sang en cours

Québécoise - 27/07/2019 à 16h24

Bonjour cb37

Merci c'était un plaisir de vous lire 😊

Different, prc vous n'avez pas d'enfant a charge , je ne pense pas. A partir du moment qu'on aime un proche qui est dans l'alcoolisme on vit tous et toutes la tristesse de le ou la voir se détruire. La colere du au manque de respect. L'impuissance fasse a l'alcool qui l'emporte sur notre amour.....

C'est personne intelligentes et charmante , tres charmante. Vive un enfer qu'il ou elle trouve un sorte de paradis. On voudrait juste le bon coté de ses personnes special mais c'est pas comme ca ...

Je suis en vacance au Mexique , je devrait etre contente et hier je me suis encore fait dire des betises.

Vous me direz cb37 part de la bella, mais comme vous je dois re-travailler sur moi et ma co-dependance. J'avais lu le livre dont vous avez fais mention merci de me l'avoir rappeler je vais le re-lire.

X

cb37 - 28/07/2019 à 07h21

Bonjour

Je vous comprends parfaitement, vous êtes complètement épuisée, je connais bien cette situation .

Ne vous culpabilisé pas. L'alcoolisme est une réelle maladie, je dis souvent que c est un peu comme la maladie d'alzheimer quelquefois on reconnaît notre conjoint et quelques fois c'est une autre personne que l'on ne connaît pas ou plus.

Je crois mais je ne veux pas bien évidemment vous donner de conseils que vous devriez vous faire aider par une professionnel juste pour vous permettre d être plus forte si vous avez des décisions à prendre dans le futur.

Mon mari est alcoolique depuis 27 ans actuellement il est en cure (troisième) donc je connais, lui également une histoire familiale non résolue, il a eu le déclic le 12 mai dernier il est bien décidé à aller jusqu'au bout de cette cure qui dure trois mois. C'est un centre connu dans toute la France et tres sérieux. Et si votre mari se décidait enfin à prendre en compte sa propre souffrance et la votre il pourrait y aller et cela vous permettrait de souffler, mais bien évidemment c'est lui qui décide et peut être son médecin.

Plein de courage je sais l'enfer que vous êtes en train de vivre.

Profil supprimé - 07/08/2019 à 10h43

Bonjour nous rentriez d'une semaine de vacances un peu compliqué.... il boit donc bien tous les soirs....:
Résultats prise de sang : 115 GT et tryglycerides 4,14 double de la normale , j'espère que le médecin va réagir face à ces taux
Je vous réponds à chacun un peu plus tard
Merci de votre soutien

Profil supprimé - 07/08/2019 à 12h32

. Supposons que tu décides de rester avec lui par peur,.Easaye de visionner ta vie dans les prochaines 5 années.
1) vas-tu avoir moins de stress?
2) est-ce qu'il va améliorer son comportement envers tes filles?
3) et ta santé mentale et physique dans tout cela?
Tu as des droits et il y a des lois!!!
C'est très difficile et ça fait bcp de peine de voir l'homme de ta vie complètement perdu et deprime mais il faut se protéger et protéger tes filles!!!
Aussi, essaye de voir avec un psy la source de ta dépendance. Ça t'aidera bcp!!!!
Courage

Profil supprimé - 07/08/2019 à 18h57

5 ans j'y crois pas je suis toujours en stress un psy pourquoi pas
Je rêve d'une vie tranquille j'ai l'impression de tout gérer seule ma grande sera étudiante en septembre c'est drôle même si c'est dur je suis soulagée qu'elle sorte enfin de tout ça elle me manquera c'est sûr elle m'épaulera beaucoup aujourd'hui mais ça sera mieux pour elle ...

Profil supprimé - 08/08/2019 à 12h53

Oui, effectivement, 5 ans c'est énorme. C'était juste un scénario parmi d'autres...
Tu auras une vie paisible et tranquille une fois que tu auras travaillé sur toi-même d'abord. Je te le promets. Comprendre pourquoi on a pu supporter ce genre d'abus est critique!!!!
Tu sembles être une mère très forte!!! Tes filles vont continuer à t'épauler. Ça ne sera pas une tâche qui sera facile mais bcp de femmes sont passées par là.
N'oublie pas une chose: on ne contrôle pas l'avenir et on ne peut pas changer le passé. On vit dans le présent!!!!
Courage

Profil supprimé - 08/08/2019 à 17h52

Coucou
Douleurespoie merci pour ton soutien tes paroles me rassurent , j'ai tellement envie de prendre du recul de me reposer...
Ce soir médecin ça risque d'être drôle

Profil supprimé - 09/08/2019 à 12h55

Tiens nous au courant!!!
Aussi une fois que tu auras pris du recul, tu pourras aider d'autres femmes qui passent par la même chose. Au moins que notre douleur serve à améliorer la qualité de vie des autres. Pour ma part, je trouve cela thérapeutique. Ce n'est qu'une suggestion mais bon...
Tu pourrais écrire ou participer dans des associations.
C'est le but que je me suis donnée.

Profil supprimé - 09/08/2019 à 19h25

Coucou
Verdict du médecin c'est une dépendance il faut qu'il le comprenne et l'accepte, elle lui a bien dit qu'on pouvait pas boire comme ça même une bière chaque soir seul ce n'est pas sain et pour le couple aussi.... que l'addiction venait d'un mal-être profond.... il a quasiment rien dit presque au bord des larmes
Pour moi il y a une dépression cachée et là sans sa béquille je sais pas comment il va faire

Profil supprimé - 10/08/2019 à 14h13

Coucou purée pourquoi mes messages ne se publient pas ... allez je recommence donc pour le médecin c'est une dépendance les résultats sanguins le confirment, il a rien dit moi j'ai parlé en disant que c'était quotidien et seul le soir, pour lui il arrive à bosser donc il n'y a pas de souci, le médecin lui a dit que cela a rien à voir avec le boulot, que moi en tant que femme je ne peux pas tolérer ça, qu'une addiction venait d'un mal-être profond.... mais du coup on gère comment maintenant car il est infect avec nous agressifs etc zéro

tolérance il dort très mal une dépression c est sûr à mes yeux.... mais il refuse de parler pour lui je suis seule responsable de son mal être (facile on devient dépendant et con suite à des soucis de couple c est bien connu....)

Bref ça va être compliqué très compliqué

Profil supprimé - 12/08/2019 à 12h01

Le changement ne peut venir que de lui. Ca c'est un fait qui plus que connu!!!!

Parfois ca prend un coup dur pour se reveiller et je ne lui souhaite pas ca.

Esperons qu'il va refechir et arriver a la bonne conclusion.

Entre temps, comment tu te sens par rapport a tout cela?

Profil supprimé - 14/08/2019 à 07h35

Coucou

Comment je me sens pas top il est imbuvable réflexion pour tout , il cherche tout pour s énerver je dis rien, je veux pas être son excuse pour reprendre

Ma petite dernière a trouvé au hasard sa planque de canette vides (une vingtaine de 50 cl) elle était super mal ... j ai tout virée sans rien lui dire a lui j ai juste expliqué a la petite que c était pas grave que le docteur avait parlé à papa (pauvre puce)

Il dort pas avec moi car il dort plus

Bref c est compliqué

Profil supprimé - 14/08/2019 à 12h20

Salut,

C'est tout a fait normal que tu ne sois pas au top.

Je te conseille qd meme de consulter un bon psy non seulement

pour t'aider a comprendre ta codependance mais aussi pour t'epauler durant ces moments durs.

Tiens le coup et sache que tot ou tard, une solution va apparaitre. La c'est sur que tu te sens déchirée. Le futur parait noir mais le present semble ingerable. Par consequent, tu es constamment mal a l'aise. C'est tout a fait normal. Aimer et/ou vivre avec un alcoolique

nous transporte dans une tornade emotionnelle. J'en sais q. chose 😞

Courage

Profil supprimé - 15/08/2019 à 15h45

Merci et puis c est ça une tournage émotionnelle

Profil supprimé - 19/08/2019 à 20h27

Bonjour

Après une semaine d abstinence et pas de bol week-end famille et anniversaire il a donc bu mais ça a été

Et là il a repris seul aujourd'hui il s est avec la grande à table et là il vient de partir au bar , je suis très mal il doit se lever à 3 h pour aller bosser à 500 km le stress du boulot lui fait replonger, je suis super mal

Et je reprends aussi demain et mon boulot c est aussi compliqué souci avec une collègue....

je tiendrai pas
