

RECHUTE...

Par **pascal1964** Posté le 26/01/2020 à 09h29

bonjour aimerais discuter avec des personnes ayant replongé après plus de dix ans d'abstinence pouvoir échanger sur le sujetla rechute est bien plus difficile à vivre après tant d'années sereines.....merci de vos messages pascal

7 RÉPONSES

Spirit - 03/02/2020 à 13h45

Bonjour Pascal

Alors moi je suis la femme d'un mari alcoolique. Je suis sur ce forum depuis pas mal de temps. Je viens des fois sur le forum pour les consommateurs pour peut-être trouver des réponses à mes questions notamment à comprendre ce qu'un alcoolique a dans la tête, pourquoi certains comportements. Mon mari a fait une cure aussi mais qui n'a pas duré que quelques mois. Et la rechute a été encore pire qu'avant. Sa consommation est pire, notre relation est pire bref tout est pire ! Je ne sais pas ce qui a provoqué cette rechute, quel mal-être le ronge. Mais je pense qu'il se sent coupable et honteux d'avoir rechuté, il m'en a parlé mais encore une fois au lieu d'arranger les choses il s'enlise, il laisse pourrir les choses.

Je ne te suis pas d'une grande aide je suppose bien mais je pense qu'une grande déception vous paralyse quand vous rechutez pourtant il n'y a pas de honte, tout le monde a ses faiblesses il faut juste les accepter pour les affronter. Si vous avez réussi une fois et aussi longtemps il n'y a pas de raison que ce ne fonctionne pas de nouveau, alors oui peut-être faut-il recommencer le processus au début : addictologue, psy etc mais le bien-être en vaut la peine

pascal1964 - 03/02/2020 à 17h41

bonjour à vous et merci de votre témoignage personnel...; que vous dire...lorsque l'on est abstinent depuis des années on se sent si fort...d'avoir relevé la tête...et boum ...ça vous tombe dessus on sait pas toujours pourquoi...mais une accumulation d'événements négatifs c'est certain....je connais la difficulté à arrêter le produitet pire de revivre les mêmes épisodes ce dont je ne veux pas et que j'arrive à gérer.... lorsque l'on replonge on veut éviter d'en parler c'est certain bien plus qu'avant...pas même à son propre médecin qui croyait en vous en quelque sorte....j'ai abandonné tout traitement et visite chez mon médecin lorsque j'ai replongé...par honte culpabilité....et lorsque l'on replonge il faut choisir....medocs ou alcool les deux faisant pas bon ménage...donc opté pour l'alcool...plus rapide comme antidépresseur....un tord surement....j'avais un traitement léger depuis longtemps que j'ai dû abandonner mais les angoisses sont réapparues...l'alcool vient combler ce vide...stupide? oui je le sais...cercle vicieux....aujourd'hui c'est le traitement médicamenteux qui manque pas l'alcool je le saisdemain j'ai décidé de rappeler le CSAPA de dinnan afin d'en discuter avec des pros...pas une démarche facile mais il le faut...j'ai arrêté plus de dix ans y a aucune raison....merci à vous vous tiendrai au courant de l'évolution positive de ma démarche... pascal

pascal1964 - 03/02/2020 à 17h44

sachez que la culpabilité est décuplée lorsque l'on rechute.....j'espère que votre mari relèvera la tête....pascal

Spirit - 03/02/2020 à 21h12

Bonsoir pascal

C'est ce que je ressens avec mon mari, cette honte, cette culpabilité qui le ronge. Mais je lui dis la seule honte c'est de ne pas se faire aider, la seule culpabilité à avoir c'est de ne rien faire pour s'en sortir, un homme qui assume ses erreurs et fait tout pour régler ses problèmes c'est un homme fort.

J'espère que vous appellerez demain et que vous ne remettrez pas à plus tard cette démarche, même si le 1^{er} pas est dur je suis sûre qu'au fond vous serez soulagé de l'avoir fait, il n'y a pas de raison que vous n'y arriviez pas, courage. Est-ce que vous êtes bien entouré ? Femme, enfants, amis ? C'est toujours bien d'avoir quelque chose avec qui être soit même et se confier en toute franchise pour se sentir soutenu

J'attends donc de vos nouvelles je compte sur vous pour tenir votre engagement d'accord ?

Bonne soirée

pascal1964 - 04/02/2020 à 11h15

bonjour à vous....j'ai fait les démarches nécessaires ce matin même si ça m'a coûté d'appeler....j'ai rdv que dans un mois....au csapa de ma commune proche et satisfait de ma propre démarche...sans le forcing de quiconque.....c'est très important que cela vienne pas d'une personne extérieure....que ce soit conjoint ou enfant....je fais tout pour occuper mon emploi du temps afin de ne pas avoir de creux dans

ce dernier et penser au produit.....cela doit être une démarche personnelle ne l'oubliez jamais;;;merci de votre témoignage...je vous tiendrai au courant..soyez vous meme envers lui meme si le ras le bol est présent...patience.....meme si cest tres dur et que vous l'aimez il est honnête mais ne sait plus comment s'en sortir....les reproches envers l'autre jamais bon croyez moi...encouragez le...meme si l'effort est minime il grandira avec votre aide.....pascal

pascal1964 - 04/02/2020 à 11h20

le mutisme est très fort lorsque l'on a replongé après tant d'années...mon meilleur ami m'a encouragé déjà un premier pas vers la guérison...une seule personne vous aide et c'est déjà un grand pas...c'est ce dont votre mari a besoin...courage.....

Spirit - 02/03/2020 à 21h58

Bonsoir pascal, comment allez-vous ?
Est-ce que vous êtes allé au bout de votre démarche ?
