

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# RECONNAÎTRE LES MENSONGES...

---

Par **Mily** Posté le 19/04/2020 à 22h35

Bonjour,

Je m'appelle Émilie j'ai 33 ans et il y a 4 mois j'ai donné naissance à une petite fille. Mon conjoint avec qui je suis depuis 4 ans est alcoolique. Il le reconnaît et tente de se faire soigner, mais avec la crise actuelle c'est compliqué.

Je suis borderline, et très isolée socialement ... j'ai besoin d'aide, j'ai besoin de savoir à quel point je suis naïve/dépendante.

Il boit en cachette et le nie tout le temps. Je retrouve des canettes à droite à gauche mais "c'est vieux ça !" .. il m'a menti droit dans les yeux tellement de fois avec tant d'aplomb, il draguait sur les tchats quand il avait bu par ex, et ne l'a reconnu qu'après 3 preuves étalées sous son nez. C'est qu'un exemple parmi tant d'autres. Des centaines d'autres. Il a décidé de se faire soigner comme par hasard lorsque mon père s'en est mêlé et lui a dit de se faire soigner ou de partir (et oui nous vivons dans une dépendance et partageons donc leur terrain). Il cache des bières dans son pantalon croyant que je ne le vois pas etc.. et hier il avait exactement son attitude d'ivresse. Lui c'est du mal à parler, une autre personnalité, les yeux qui tombent et il me dit que c'est à cause du traitement qu'il prend et qu'il n'a pas bu... gros doute.

Pourriez-vous m'aider? J'ai besoin de protéger ma fille, donc de savoir si il change... ou pas. Les médicaments sont Revia et baclophène... je précise que c'était à 200% la même attitude que ses cuites.... je suis paumée aidez-moi. Est-ce possible s'il dit la vérité ?

Merci à tous

## 8 RÉPONSES

---

**patricem** - 20/04/2020 à 11h21

Bonjour,

Je ne suis pas médecin mais je n'ai jamais entendu parler de ce type de réaction avec ces médicaments (il peut y en avoir mais un semblant d'ivresse ?). Et ces médicaments, d'expérience, n'empêchent pas de boire si on le veut. Ils aident à réduire l'envie quand on est dans une démarche positive.

J'espère que d'autres pourront mieux vous aider mais je ne crois pas ce qu'il dit et il y a un moyen simple de le savoir, sauf erreur : acheter des tests d'alcoolémie en pharmacie si cela se fait encore, comme la loi a failli l'obliger il y a quelques années.

Courage,

Patrice

---

**Mily** - 20/04/2020 à 13h36

Bonjour et merci pour votre réponse. Je suis quasiment sûre qu'il a bu et qu'il a encore menti mais sans preuve le 1% de doute me font justement douter de moi...ce que je ne comprends pas c'est que je ne lui mets pas de pression, je voulais juste qu'il soit honnête.. le constat est quand même que je n'ai plus du tout confiance en lui.. j'ai lu des témoignages sur les gens qui ont réussi à rompre, quand on est seule c'est dur quand même.. et la petite a besoin de lui..merci encore

---

**Moderateur** - 20/04/2020 à 16h15

Bonjour Mily,

Les deux médicaments qu'il est sensé prendre peuvent créer de la fatigue et notamment de la somnolence. L'avez-vous vu plus fatigué que d'habitude ? Le Revia® peut causer des nausées, des vomissements et des maux de tête. Le Baclocur® (baclofène) est lui source de vertiges, de confusion, d'humeur dépressive chez certains patients et il peut avoir de nombreux effets secondaires (digestifs, "psy", neurologiques). Cela vous dit-il quelque chose ?

Si vous n'avez pas vu de différence dans son "ivresse" il est en effet possible qu'il ait continué à boire. Mais ces deux traitements, comme vous le dit Patrice, n'empêchent pas de boire. Ils ont pour fonction de diminuer l'envie de boire mais cet effet vient progressivement. Donc les premiers jours il se peut qu'il n'y ait pas de différence. Même si vous le voyez "ivre" il peut prendre son traitement. Attendez peut-être les prochains jours pour voir s'il y a une évolution.

Vous écrivez que vous voudriez savoir à quel point vous êtes "naïve/dépendante". A vous lire je ne vous ai pas trouvée naïve du tout et votre message montre qu'au contraire vous êtes plutôt lucide. Il est par contre, c'est vrai, difficile de faire confiance dans ce contexte et aussi difficile de connaître la stricte vérité. Ce n'est pas qu'à vous que cela arrive mais à tous les proches d'une personne alcoolique.

Pourquoi ne négocieriez-vous pas avec lui qu'il prenne son traitement devant vous ? Comme cela il n'y aurait plus d'ambiguïté pour vous.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Amelierandy - 21/04/2020 à 23h18**

Bonjour Emilie ! J'ai un peu le même soucis que toi ! J'aime mon conjoint et il se bouge un minimum pour s'en sortir ... doc et médicament ... mon homme a commencé un traitement y'a un mois et demi ... et pourtant y'a peut-être j'ai trouvé dès bière ! Tous comme toi il m'a répondu que c'était Avant ! J'ai du mal à le croire !

Toi comme moi savons que se nait pas la maladie Le soucis ... car on sera là pour lui quoi qu'il arrive !

Mais c'est leurs mensonges .... d'avoir des doutes ! Mon homme a fait une rechute pendant Le confinement, ( a se qu'il me dit ) mais est ce qu'il a pas craqué depuis plus longtemps ? Mais eux seuls on la réponse .... et nous on doit rester avec nos doutes ... je trouve ça très dur pour le conjoint

---

**Mily - 28/04/2020 à 22h00**

Bonjour et encore merci pour vos réponses. Entièrement d'accord avec toi Amelie, le problème est le mensonge... Il prend ses médicaments oui, mais je ne sais pas si il boit en cachette ou pas... D'où ma question sur les médicaments. Pour la fatigue oui il l'a, 40min après la prise des cachets. Mais des fois en plus, il tanguait à du mal à parler etc.... Certains soirs il est juste un peu assommé après cette prise et des fois bien plus.... Donc j'en sais pas si il s'en sert d'excuse ou pas. Je le vois les prendre il le fait bien devant moi pour pouvoir me dire "non je n'ai pas bu ce sont les cachets"... Je suis devenue mauvaise langue si ça se trouve à force... Bref c'est usant, et surtout que j'ai l'impression qu'en général ils ne se rendent pas compte de sac à dos de x kg que l'on porte sur nous 24h. C'est là le truc. Un chouilla de reconnaissance pour rester encore et encore, plus de mensonges et ça suffit... Je vous encourage tous de ma pensée

Emilie

---

**Moderateur - 29/04/2020 à 11h35**

Bonjour Émilie et Amélie,

Que c'est dur effectivement de faire confiance et de savoir s'il dit la vérité ou pas ! Que c'est difficile de vivre avec le doute en permanence. A quoi se raccrocher ?

Mais que c'est dur aussi peut-être pour eux de dire la vérité, toute la vérité ! Lorsqu'on souffre de cette maladie la vérité, toute la vérité et très difficile à encaisser pour soi-même. Elle ramène honte et culpabilité et donc souvent l'envie de boire. La vérité, lorsqu'on n'arrive pas à se contrôler totalement malgré ses efforts, amène aussi la déception chez l'autre, chez l'alter ego. Lorsqu'on n'a pas envie de décevoir "encore une fois" c'est difficile de dire "toute la vérité".

Le mensonge n'est pas qu'une mauvaise intention. Le mensonge n'est pas qu'une tentative pour pouvoir continuer à boire en paix. Le mensonge est également un régulateur des tensions et de la mauvaise image que l'on peut avoir de soi-même. Se mentir à soi-même cela peut être un mécanisme de défense pour pouvoir supporter une triste réalité que l'on n'arrive pas encore à affronter dans son entièreté. Mentir aux autres et surtout aux proches cela peut être un mécanisme de protection aussi vis-à-vis du proche et de la relation que l'on a avec. Ce n'est pas que cela mais cela l'est certainement en partie.

Ce qui est difficile c'est que la "vérité" ne se déploie que sur le chemin de la confiance : la confiance en soi, la confiance en sa relation, la confiance en l'autre. Or c'est précisément ce qui fait le plus cruellement défaut dans ces moments-là ! Comment faire confiance à une personne qui a déjà tellement dit qu'elle arrêterait sans arrêter ? Comment faire confiance à quelqu'un qui rechute ? Comment se faire confiance quand on a déjà tant essayé de s'en sortir mais qu'on a toujours échoué jusque là ? Comment se faire confiance quand on sait qu'on devrait arrêter de boire mais que quelque part à l'intérieur de soi quelque chose nous attire sur la mauvaise pente ?

Ce qui est également difficile c'est que "vérité" et "confiance" n'ont rien d'absolu ! Une "vérité" peut devenir le lendemain moins "vraie" sous un nouvel éclairage. La confiance est à la fois une construction basée sur l'expérience mais aussi un "acte de foi", c'est-à-dire une prise de risque : le risque d'être récompensé(e) ou le risque d'être déçu(e).

Comme votre confiance à toutes les deux est légitimement très entamée, dites-vous que de toute façon vous ne pouvez pas reconnaître la "vérité" pour l'instant. Tout ce qu'ils diront sera marqué pour vous du sceau du doute. Dans ces conditions essayez de valoriser leurs actes plutôt que leurs discours. Il prend son médicament devant vous ? Dites-vous que c'est parfait pour le moment, que c'est ce que vous pouvez obtenir de mieux de sa part même s'il boit peut-être encore à côté. Et ensuite VA-LO-RI-SEZ ! Autant, de leur côté, prêtez d'abord attention à leurs actes, autant, du vôtre, prêtez attention à votre discours ! Valorisez leurs efforts, essayez de positiver tout acte qui semble aller dans le bon sens. Il ne s'agit pas forcément de croire dur comme fer que ce qu'il font va absolument les sortir de là et que tous leurs problèmes seront résolus demain mais au moins de valoriser tout ce qui est indubitablement un effort pour aller dans le bon sens. La reconnaissance de leurs actions que vous pouvez leur apporter malgré vos doutes et vos incertitudes est un terreau pour le futur. On ne peut pas savoir aujourd'hui si la plante va prendre mais toute once de positivité et de confiance que vous pourrez leur donner lui donne plus de chances de croître.

Mais reconnaissons-le : ce n'est aussi possible que si vous allez bien et que vous avez encore de l'énergie pour le faire. Donc il est tout aussi important de reconnaître les difficultés que génère cette situation en vous et dont vous témoignez d'ailleurs très bien. Pour ce faire, aménagez-vous des moments à vous. Vous êtes venues en parler ici et c'est un pas important ! Continuez à échanger et vous soutenir.

N'hésitez pas aussi à avoir recours aux aides qui existent : notre ligne d'écoute, notre "chat" sur ce site, les groupes de parole d'Al-Anon, les professionnels des Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA), des professionnels dans le privé (votre médecin, un "psy", un thérapeute spécialisé dans une discipline qui vous attire, ...) et vos proches de confiance. Et même si en parler est primordial, n'oubliez pas aussi les activités qui pourraient vous faire plaisir et vous aider à vous défouler. Elles sont tout aussi importantes.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Amelierandy - 05/05/2020 à 18h30**

Coucou ... oui très dur ... je pense également qu'il ment par honte et culpabilité je le ressent aussi ! Alors je suis là pour le jubilé ! Qu'il est pas obligé de me le dire non plus ! Car j'imagine que c'est pas évident de venir de devant po et me dire qu'il a but ! Mais qu'il se laisse pas aller pour autant ... appeler le doc par exemple juste pour en parler ! La semaine dernière il ma dit qu'il parlerais à sa mère ... pour résoudre des choses du passé ! Tu te doute bien que rien est fait :... mentir est une choses ! S'inventer une vie en est une autre ! Mais tous fait partis de cette maladie ... des envie , des motivations sur le coup ... mais après beaucoup plus dur à metre en marche . Moi il ne boit plus la ! Il ne sort plus . Confinement ^ pas de bières à la maison et h24 emsemble... mais je vois que Le soirs cents un peut dur .... donc on essaie de se changer les idées .. je donnerais tous pour l'aider !! Pour le moment je l'aime j'en suis solidaire .... mais dans 5 ans ? L'avenir nous le dira de toute façon je n'ai pas d'enfants avec lui ni maison . Nous sommes en location ... mais il compte énormément pour moi

---

**tristecompagne59 - 17/05/2020 à 10h46**

Bonjour Mily,

Pour ma part...pour le confronter, j'ai acheté un Alcootest. ça a été très difficile de le faire souffler dedans...Mais il a fini par le faire. J'ai tenu bon en lui répétant "Je crois que tu as bu. Souffle dans l'alcootest. Si il est négatif, je te présenterai des excuses et tu auras raison de dire ce que tu me dis...". Quand il a soufflé, il a d'abord remis en doute l'alcootest. "mais non il n'est pas coloré regarde!". Puis admis qu'il avait bu "mais seulement deux bières ". Je l'ai mis dehors...Après une semaine (et une centaine de sms) il a admis sa rechute.

Quelques semaines ont passé sans heurts...jusqu'à ce qu'il rentre de nouveau à la maison avec son mauvais air et des réflexions désagréables...Je lui ai dit que je pensais qu'il avait bu et lui ai demandé d'aller acheter un Alcootest...que s'il était négatif j'accepterais de discuter avec lui mais que sinon, il pouvait prendre ses affaires et partir...il est parti, revenu en me disant que c'était à moi de l'acheter...je l'ai mis dehors...Comme la dernière fois il a admis avoir rechuté...

Je suis d'accord avec ce fil, le plus dur à accepter pour moi ce sont les mensonges permanents. Comment vivre une relation épanouie avec quelqu'un en qui on ne peut pas avoir confiance? La sincérité, l'honnêteté doivent être pour moi, à la base de nos relations.

Voilà, je ne sais pas si ça va t'aider, mais je trouve que l'alcootest est un bon moyen de savoir si ton intuition est bonne...

Après, il faut savoir ce que tu vas faire du résultat...

Pour ma part, on a pas mal essayé, il a pris un studio où je lui ai demandé de se retrancher quand il rechute, ou quand il en a besoin...pour éviter que je subisse les conséquences de son addiction...Mais les mensonges sont toujours présents, donc j'ai mis fin à notre histoire. J'ai déjà quitté le père de mes enfants qui était alcoolique aussi...je m'étais jurée de ne pas reproduire cela, ni pour moi, ni pour mes enfants...alors je prends sur moi et j'essaye de me tenir à mes bonnes résolutions. ça fait trois semaines maintenant. Il essaye par tous les moyens de revenir, mais ma décision est prise.

Je te souhaite beaucoup de courage, pense à toi et à ta petite fille en priorité. Que deviendra-t-elle si tu ne te protège pas? Elle mérite une maman heureuse et épanouie.

---