

## JE NE SAIS PLUS QUOI FAIRE

---

Par **Wal** Posté le 19/11/2020 à 12h50

Bonjour. Je suis avec mon conjoint depuis un peu plus de trois ans, il est alcoolique. Son problème date de bien avant notre couple. Quand je l'ai rencontré, il était à une bouteille de 1,5l de rhum par soir. On a eu des moments très durs, il a parfois été agressif avec moi, allant même jusqu'à la violence physique. C'était un moment particulier, nous avions tous les deux nos tords. Suite à cela il s'est remis en question, à réussi à arrêter un petit peu. Il a commencé à compenser avec la bière (entre temps il était passé au whisky), minimum un pack de 86 par soir. Parfois il arrivait à boire moins, il réussissait à se tenir un peu, il ne prenait que deux ou trois bières. Puis le week end, parce que "c'est le week end", il reprenait un pack, avec une ou deux bières à 10 degrés en plus. Finalement, il a décidé d'arrêter la bière et de ne boire plus que de whisky, parce que cela lui donnait des problèmes d'estomac. Parfois il arrive à ne pas boire un soir, ou grand maximum 2 dans la semaine. Mais la majorité du temps, il boit minimum une bouteille de clan Campbell de 70cl par soir. Ou une bouteille d'un litre.

J'ai l'impression que l'alcool tue notre couple. Il a prit un rythme totalement décalé, il se couche à l'heure où je me lève. Je fais de mon côté une formation en télétravail, j'ai donc gardé un rythme depuis ce nouveau confinement, mais lui est totalement déconnecté... Je passe la majorité de mes journées seule, il m'est même arrivé de le trouver totalement ivre au réveil, toujours par couché. Il ne se passe plus rien d'intime car nous sommes beaucoup trop décalé. Il sait qu'il a un problème avec l'alcool, il l'a déjà reconnu. Il me dit souvent en fin de semaine "la semaine prochaine, je me tiens à carreaux", mais généralement, le changement ne vient pas... J'ai l'impression de le voir perdre pieds... Heureusement, il n'est pas violent ou blessant avec moi, mais sa situation m'attriste profondément, je ne sais pas quoi faire pour lui...

Par moments, je me sens totalement dépassée. Je me projette avec lui, et j'ai peur pour la suite. J'ai l'impression que ça ne fait qu'empirer, que ça ne changera jamais. Qu'est ce que va donner dans 10 ans ? Est ce que le fait d'avoir un enfant le fera avoir un déclin ? Et même par rapport à moi, dois je me résigner ? Comment faire pour l'aider, sachant qu'il ne veut pas se faire aider par un professionnel ? De nos proches, je suis la seule au courant de ce qu'il se passe réellement au quotidien avec l'alcool car il garde la face avec sa famille. Alors je préfère ne pas leur en parler, ça les inquiéterait et il le prendrait mal . Je garde ça pour moi. Quand on en parle je marche sur des œufs, je ne suis pas très douée, il se braque vite. Mais finalement, beaucoup de belles paroles et peu d'actes.. En ce moment, le quotidien est assez lourd. Et évidemment, quand il boit, ce n'est plus toute à fait la même personne.. Il n'est pas méchant, mais il est aussi pertinent qu'une personne alcoolique, en gros. Le voir se gâcher comme ça, ça me déprime.