

JE N'ARRIVE PLUS À ACCEPTER

Par **dorothy80** Posté le 11/08/2021 à 09h12

Bonjour tout le monde. C'est la 1ère fois que j'écris sur un forum. Je suis avec mon conjoint depuis 6ans et nous avons un petit garçon de 3ans1/2. Mon conjoint est dépendant à l'alcool il ne se passe pas 1 semaine sans qu'il boive. Il travaille en 3*8, c'est à dire une semaine le matin et une semaine le soir. Je suis personnellement gérante de mon commerce et je travaille toute la journée. Nous avons eu plusieurs fois des disputes au sujet de sa consommation d'alcool et j'ai même quitté le domicile une semaine avec mon fils. J'essaie de l'aider comme je peux mais j'ai beaucoup de mal à accepter sa consommation ayant moi-même vécu une période de mon enfance avec un père dépendant. Je pense avoir essayé toutes les méthodes pour l'aider : la menace, le chantage, le compromis...mais ma confiance en lui a fortement diminué. Je ne rentre jamais sereine à l'idée de revenir à mon domicile de peur de l'état dans lequel il sera. Sa consommation n'est pas excessive : 2 despe 50cl la plupart du temps ou 2 verres de whisky. Ca n'est pas tous les jours mais au moins 2 fois / semaine. Cette semaine il est seul à s'occuper de notre fils et je ne tolère absolument aucun écart. Comme c'est quelque chose que je vis très mal, ma dernière proposition en date de Samedi dernier, j'ai proposé de boire uniquement quand je suis avec lui et dans la limite de 3 verres de vin ou whisky ou 2 despe, pas de consommation quand il est seul et encore moins quand il est avec notre fils. Il n'a rien redit sur mon compromis mais dès le début de la semaine il n'honore pas ce que nous avons convenu. Je ne sais plus quoi lui dire car ça n'a jamais grave pour lui. Je l'aime de tout mon coeur et c'est pour ça que j'ai beaucoup de mal à partir mais je m'épuise psychologiquement à vouloir y croire. Je ne cesse de retrouver des cadavres de bouteilles de whisky ou despe partout dans le garage et j'ai honte si quelqu'un tombe dessus. J'ai besoin de votre aide pour comprendre si c'est moi qui ai un problème avec la tolérance à l'alcool, si c'est lui ou nous 2. Je précise que je ne consomme moi-même pratiquement pas (1 verre en repas de famille et encore !). Dernier exemple en date nous avons passé 2 magnifiques jours à Disney et sommes rentrés hier. 20min après être arrivé, il se servait déjà 1 verre de whisky et il a bu quasiment la moitié de la bouteille quand je suis montée me coucher. Merci pour avoir pris le temps de lire et pour vos conseils. Bon après midi

10 RÉPONSES

assez77 - 11/08/2021 à 11h15

Bonjour, Dorothy, ta situation est difficile tu as essayé l'électro choc en quittant la maison pendant 1 semaine.

Ce qu'il faudrait c'est de lui dire que son petit garçon de 3 ans aura besoin de lui plus tard.

Pour passer le permis peut-être, se marier, avoir son premier appartement etc..

Je te souhaite une bonne journée.

dorothy80 - 11/08/2021 à 17h18

Oui j'ai déjà quitté le domicile et j'ai déjà discuté plusieurs fois avec lui mais pour lui il ne fait rien de mal

Tito42 - 11/08/2021 à 19h49

Bonjour Dorothy

Je te comprends, je suis dans un cas similaire avec ma compagne...

Je suis désarmé, comme toi.

Elle ne reconnaît pas son pb, elle me ment...

J'envisage de la quitter, comme toi, je ne supporte plus ces moments d'ivresse.

rogije27 - 12/08/2021 à 14h12

Bonjour à tous, c'est une véritable bouffée d'oxygène que de pouvoir parler des problèmes d'alcoolisme de son épouse sans éprouver de honte ou de gênes. Ma femme boit beaucoup depuis plus de 18 mois maintenant et ce problème date de bien avant notre rencontre apparemment (13ans). Je m'étais rendu compte de cette tendance à l'excès mais elle n'était que sporadique jusqu'à ces fameux 18 mois. Elle a causé des dégâts matériels, un véhicule enfoncé, une barrière, des clôtures... bref, elle en est à un stade assez dramatique pour moi. Je ne la crois plus quand elle me dit qu'elle va se reprendre et je suis épuisé physiquement (les nuits sont souvent difficiles) et psychologiquement. Elle ne veut plus d'aide, elle a fait une cure, à eu un R-v avec une addictologue, une psychologue dans un csapa, sans succès. Je ne sais plus quoi faire, la quitter ou continuer d'espérer ? Merci d'avance pour vos réponses.

dorothy80 - 12/08/2021 à 17h03

C'est difficile quand on aime la personne de prendre la décision de la quitter mais c'est parfois la meilleure. Nous avons 1 enfant et j'avoue que s'il n'avait pas été là il est certain que je ne serais plus en couple depuis 1 bon moment mais la famille pour moi c'est sacré et

même si notre fils ne comprend pas encore (il a 3ans1/2) je pense constamment à notre bien être puis je me dis qu'on serait encore plus malheureux sans lui et je retourne vers lui. Après j'ai lu sur plusieurs forums que si la personne n'admet pas avoir un problème c'est difficile de le confronter à ça. Bon courage.

Québécoise - 13/08/2021 à 04h46

Salut Dotothy,

Respecter ses limites est un engagement qui ne tiens qu'a nous. Difficile prc qu'on a pas cet notion d'amour propre!

C'est ce qu'ils nous mettent en pleine face! On ne respecte pas nos propre limites, l'autre c'est la reponse.

On a peur d'etre seule... on l'aime pour certaines qualités... ca nous rend heureuse?

Tout pars de soi, lui , il est le reflet de mon manque d'amour propre....

J'ai besoin de me ressentir aussi, prc que je priorise ma relation malade plutot que mon equilibre a moi!

Je te comprend plus que ca a l'air

Dsl
Fais du bien que ca sorte, me faire parler fruster pour des conneries!!! Vraiment ecoeurer

Mais je le quitte pas 😞

Moi la responsable

genova - 19/08/2021 à 13h04

Bonjour,
Le fait de vous lire me fait du bien... Je suis exactement dans la même situation et au bout du rouleau. Etant donné le passif de mon mari (tribunaux, amendes etc++++), je suis devenue hyper allergique à la moindre goutte... Je précise que c'est tous les jours. Il profite de mon absence pour aller chercher ses provisions. Je trouve des bouteilles planquées dans les placards du garage, sous les armoires, dans des sacs, dans les haies, sous le capot de sa voiture, ou il les planque dans le champs d'à côté Il me jure de ne plus recommencer, de lui faire confiance. Et 2 h après, ces belles paroles sont oubliées et il recommence.. Latmosphère à la maison est très conflictuelle. Ses soeurs, auxquelles j'ai demandé de l'aide me dénigrent car je suis à cran ++++. Il saute donc sur l'aubaine et ne voit pas l'intérêt de cesser de boire puisque c'est moi qui a un problème !!! C'est le monde à l'envers. J'en perd le sommeil, l'appétit. J'ai tout essayé, menaces, gentillesse, marchandages etc... Rien n'y fait. Il va en cure parce que la justice l'y oblige et reprend sa consommation à peine rentré... Ce qui me met une culpabilité monstre car je me demande si c'est ma présence qui ne lui convient pas. Son chien ne va plus vers lui mais il trouve l'excuse que les chiens n'ont qu'un seul maître... Que faire ????

Moderateur - 19/08/2021 à 16h33

Bonjour Genova,

Merci pour votre message.

Vous vous posez des questions terribles sur vous-même. Cette culpabilité que vous ressentez est le reflet de ses manipulations pour continuer à boire. Elle est aussi le signe que vous avez développé une co-dépendance à son problème d'alcool.

Dans le quotidien c'est difficile de faire la part des choses et c'est pourquoi ce que vous devriez chercher à faire c'est de pouvoir en parler avec des personnes de confiance (pas ses sœurs manifestement). Cela vous permettra, je l'espère, de faire un pas de côté pour vous soulager déjà un peu de cette culpabilité que vous ressentez. C'est en prenant du recul que vous verrez mieux la situation et saurez mieux ce qui se passe pour vous. A l'exemple de Québécoise qui fait un travail important et remarquable sur elle-même et comprend mieux les tenants et aboutissants de sa situation, même si cela ne lui apporte pas de solution pour le moment.

En tout cas votre mari ne veut pas arrêter de boire. C'est vrai que cela ne sert à rien de pister ses bouteilles cachées parce que de toute façon il y en a. Mais cela n'enlève rien au fait que vous avez le droit de ne pas supporter qu'il prenne la moindre goutte d'alcool. Si vous en êtes arrivée là c'est bien parce qu'il s'est passé plein de choses avant, que sa consommation d'alcool a créé des moments très négatifs dans votre vie. Vous aimeriez qu'il s'en sorte mais lui n'est pas encore là. Ce n'est pas de votre faute : l'alcool crée une dépendance qui fait que les personnes qui en sont dépendantes sont prêtes à tout pour boire. C'est une nécessité pour elles et tout le reste devient secondaire.

Je vous invite à ne pas hésiter déjà, dans un premier temps, à appeler notre ligne d'écoute Alcool info service (0 980 980 930, appel anonyme non surtaxé) pour en parler. Vous recevrez une écoute bienveillante. C'est un premier pas.

N'hésitez pas aussi à continuer à contribuer à ces forums.

Peut-être trouverez-vous aussi utile de participer à un groupe de parole avec d'autres conjoints de personnes alcooliques. Je vous invite alors à vous renseigner sur les réunions proposées par l'association Al-Anon/Al-Ateen dont voici le site internet : <http://al-anon-alateen.fr/>

Avec tout notre soutien.

Le modérateur.

dorothy80 - 19/08/2021 à 18h20

C'est difficile moi aussi il me promets toujours d'arrêter et ça reprend à chaque fois et on ne finit par ne us y croire. Je n'ai plus de désir pour lui nous avons des relations 1 fois tous les 2 mois et ça ne me manque pas du tout. Je me sens plus tranquille quand il n'est pas là. Ce week-end nous avons reçu son cousin il a pu en profiter mais début de semaine il reprend le travail et en 2 jours il a bu 1 bouteille de whisky. Je reste car il y a notre fils mais je n'arrive plus à savoir si je l'aime.

Chris68 - 27/08/2021 à 20h31

21 ans de mariage, avec lui et l'alcool. Je suis à bout, toujours cette même vision de lui, qui est dans son monde, ne nous voit plus, ne nous entend plus. Je suis là, avec ma fille à le regarder se détruire lui, notre famille, notre maison.

C'est à chaque fois plus dur à vivre, mais le fait de le voir « remonter la pente » fini par me faire oublier ces semaines de calvaire, j'en ai honte.

Quand il est dans cet état, je ne rêve que de fuite, d'une autre vie simple, et puis dès qu'il revient à la vie, j'y crois à nouveau... je crois que je suis plus dans le déni que lui, car il a conscience de sa maladie.

J'ai aussi tout tenté, le soutien comme les menaces, l'hospitalisation, je l'ai accompagné en thérapie, je prends le relai de son boulot (il tient une boutique)... mais moi? Ma fille? Qui est la pour nous?

Je n'ose pas en parler à la famille proche de peur qu'il soit jugé, mais je me prive de soutien du coup.

Je veux partir, mais j'ai l'impression d'être moi aussi sous emprise: la sienne.

Quoi faire pour bien faire: rester pour le soutenir mais m'oublier? Ou partir et penser à ma fille et risquer qu'il se fasse du mal?

Toujours cette même culpabilité, qui fait que ça fait 21 ans...
