

DESARROI

Par [lineve](#) Posté le 13/09/2021 à 14h50

Bonjour

Mon mari boit régulièrement depuis trop longtemps. Jusqu'ici après quelques très rares "anicroches" toujours à la maison, la consommation n'était pas trop gênante et il était capable de maîtriser sa consommation. Depuis 2 ans, la consommation est sans doute de plus en plus importanteet j'ai sans doute rien voulu voir... Peur de la complication, peur de ne savoir que dire .. secret espoir que les choses allaient s'arranger... ma situation est sans doute très classique.

Depuis une dizaine de jours après une explication très brutale, la réalité a été dite par lui.... : je bois ... tu n'as rien dit ... tu fais comme si tout était Ok... etc . Depuis, pas question de consulter qui que ce soit.. Il a tenté et je pense que pendant 3/4 jours il a réussi à ne pas boire mais au prix de beaucoup d'efforts... C'est surtout en fin d'AM en rentrant du boulot entre 17h30 et 20h que les choses sont difficiles très difficiles pour lui. J'ai proposé de dîner plus tôt : NON pas question... La maison est grande et nous sommes chacun de notre côté l'ambiance est lourde, très lourde .. J'ai évidemment un sentiment de culpabilité : pourquoi ne pas en avoir parlé avant .. au moins pour dire que je savais ... Sans lui chercher d'excuses, il a un passé familial lourd sur la question de l'alcoolisme mais toutes les personnes qui ont eu des parents ou grands-parents souffrant d'alcoolisme ne boivent pas..

Je suis désorientée, déstabilisée, désorientée et c'est dur...

Voilà quelques mots .. C'est mon premier message .. je ne pensais pas avoir à écrire un message de ce type, cela n'arrive qu'aux autres...

L.

1 RÉPONSE

[Québécoise](#) - 16/09/2021 à 01h11

Bonjour lineve,

Rien dire pour que tout aille bien, je connais!

L'exprimer n'a rien régler , pour ma part. C'est pourtant essentiel de communiquer qd on est a 2.

La vraie question c'est , qu'est-ce que je comble en agissant ainsi? Pas ce que je veux éviter. Mais quest-ce que ca m'apporte?

Si tu repousse la confrontation , qu'est-ce que ca t'apporte? La paix? Es-tu en paix en fin de compte?

On comble nos ancienne blessure, je parle pour moi. Je fais pareil. Pour préserver ma relation= mon attachement j'endure l'inacceptable. Prc que petite c'est ce que j'ai fais et mon cerveau le repette, ca ete la solution de survi petite , axcpeter l'inacceptable pour etre nourri et avoir un toit. Maintenant je me tests, je me dis ok , pas ca que j'ai besoin mais c'est plus fort que moi . C'est donc mon ancien ancrage qui prend le dessus.

Je l'ecoute en toute conscience! Je me dis ok mini-moi , je vais comblé rester pour préserver l'attachement. Et je realise de plus en plus que je nourri mon enfant interieur , ca attire quoi? Un imature emotionnellement haha. Qd j'en aurai assez de lui obéir , je vais prendre d'autres decisions et ca ne dependra pas d'endurer l'inacceptable non non . Je vais dire ca suffit , et respecter MA limite , le reste suis ou pas la decision est prise . La que je m'en vais tranquillement

Je sais pas si ca aide , c'est mon travail perso en ce moment
