

IL BOIT ET MOI JE TRINQUE

Par **mia52** Posté le 23/02/2022 à 13h28

Bonjour,
Nouvelle sur le site, je viens de m'inscrire car après de nombreuses années je crois que je suis à bout et que je cherche désespérément de l'aide ou une écoute.
Mon conjoint boit depuis plusieurs années. Nous venons d'avoir deux petits enfants. Son alcoolisme est un alcoolisme de soirée, avec du rhum, à raison d'un tiers voir moitié de la bouteille.
Lorsqu'il a bu, je le vois, je le sais même si il tient bien l'alcool, et même si il fait comme s'il n'avait pas bu. Il boit en cachette bien sûr.
Nous en avons discuté maintes et maintes fois, toujours avec des promesses à la fin.
Mais je n'en peux plus. Je n'en peux plus d'aller surveiller où sont cachées les bouteilles, d'aller voir la rapidité de leur descente, de trouver des sacs et des sacs de courses qu'il fait pour justifier ses achats de bouteille. Et j'en ai marre de sa passivité, du fait qu'il ne s'investisse plus dans les travaux de la maison, qu'il ne voit pas tout ce qu'il reste à faire, tout ce qui est en chantier, qu'il ne range pas, qu'il fasse sa petite vie tranquille sans voir tout le boulot que je fais. Je m'occupe des deux petits loups depuis plus de deux ans. J'évite de lui laisser car je sais qu'il boit en les gardant.
Je ne l'ai jamais mis en position de culpabilité, j'essaye de l'écouter, de lui dire que je suis là pour lui, que je suis son amie....mais je n'en peux plus. Je suis au point de vouloir qu'il s'en aille mais je m'y refuse pour les enfants.
<que faire pour ne pas craquer car je sois être là pour les enfants

Merci de votre écoute

5 RÉPONSES

Ninne - 23/02/2022 à 22h23

Bonsoir.. Vôtre message me touche énormément et me fait l'effet d'un miroir..
Je ne sais pas quel âge vous avez.. Sûrement toute jeune si il y a des petits bouts.. Difficile de conseiller.. Mais vous comprendre oui..
J'ai vécu la même chose.. L'alcool a peu an peu enlevé toute energie tout projet et toute vie sociale a mo' mari.. J'ai tout assume tout porté.. Jusqu'au chaos.. Dettes et conduites à risques.. Comportement inadaptés.. Violence.. Et un jour à 50 ans je suis partie.. La rage et la peine aux tripes.. Et 2 ans après.. Je dors la tête de l'eau un peu... Le problème est là remise en question ou la prise de conscience.. J'espère que votre mari aura ce fameux déclic.. Vous ne pourrez rien faire à sa place.. Par contre il faut vous protéger..
Continuer à sortir si possible.. Voir vos amies.. Et être fermé sur vos comptes..
Parlez en a vos proches ou amies de confiance.. Videz votre sac.. J'ai mis 20 ans à en parler tellement j'avais honte.. Vous n'êtes pas responsable même si qd même on culpabilise toujours..
Parlez aussi à votre medecin...
Je vous souhaite de tout cœur de retrouver votre mari.. C'est possible mon père a vaincu son alcoolisme à 35 ans.. Il en a 75!

Mais si la situation se dégrade.. Vous allez vous mettre en danger... Essayez de vous projeter dans dix ans et demandez vous si vous voulez de cette vie pour vos enfants et vous..
De tout cœur avec vous

mia52 - 24/02/2022 à 13h03

Merci beaucoup de votre réponse Ninne,

Non je ne suis pas toute jeune: j'ai 42 ans, nous avons eu nos enfants un il y a deux ans et l'autre un an après. Nous étions amoureux au lycée et nous sommes perdu de vue pendant des années. Nous nous sommes retrouvés il y a 10 ans et nous ne sommes plus quittés.
Mon compagnon a toujours été un profil " addict". Déjà au lycée il consommait du cannabis. Il n'a jamais arrêté sauf il y a quelques années ou l'alcool a compensé. Je le connaissais, je l'ai pris comme il était. Pour ma part, je ne consomme ni drogue ni alcool donc c'est vrai que des fois c'était difficile.
Mais pour tout vous avouer j'ai été anorexique pendant 20 ans. Ce n'était pas une "anorexie classique" avec l'envie de maigrir. C'était un mal être que j'essayais de contrôler par l'alimentation. Il m'a pris avec mon anorexie et m'a aidé à m'en sortir. Par amour et poussée par le désir de devenir maman.
Il n'était pas pour avoir des enfants. Même avec l'age je pense qu'il est trop "bohème", ne s'encombre d'aucune responsabilités. Mais après discussions, il s'est mis à ne pas être contre. Je pense qu'il avait peur de ne pas être à la hauteur.
Le soucis c'est que aujourd'hui nous avons ces petits bouts, qu'il adore, et que je ne sais pas quoi faire.
J'ai peur aussi que , le temps passant, l'alcool fasse de plus en plus d'effets sur son mental, son comportement, sa santé. Et il m'a promis tellement de fois d'arrêter que je n'y crois plus

Karyn3 - 26/02/2022 à 23h22

Ton témoignage fait écho à ma situation actuelle. Mon mari boit depuis plusieurs années , il est également dépressif et prend donc des antidépresseurs. Il se cache pour boire. Moi par contre, j'ai 2ados et un enfant de 8 ans qui savent me dire qu'ils n'en peuvent plus. Mon mari a fait une cure il y a trois ans , a eu un traitement pour tenir sans alcool. Ma vie avec lui ressemble à des montagnes russes. Il fait des efforts, fait des promesses , puis un grain de sable et il rechute. Je suis inquiète pour lui mais je dois avant tout épargner mes enfants. Son permis est suspendu pour alcoolémie depuis juillet. Je dois tout gérer tout le temps. J'ai été à l'écoute, je l'ai encouragé à se faire aider. Mais quand il tombe, titube , est agressif verbalement envers moi et les enfants, je m'énerve et je m'en veux. Je me dis et il me dit que je ne l'aide pas . Je l'ai prévenu dans ses moments de lucidité que je n'en pouvais plus que je voulais que l'on se sépare. Je suis au final totalement perdue. J'ai peur qu'il fasse des bêtises (il menace souvent de se suicider et me fait culpabiliser). Je n'ai malheureusement pas de conseil à te donner , j'espère que ça va s'améliorer pour vous. Moi, depuis sa dernière grosse rechute, j'ai décidé de revivre pour moi et mes enfants . Si d'ici cet été , nous n'arrivons pas à trouver de solution, je ferai les démarches pour divorcer...
Courage à vous.

Lethibe - 27/02/2022 à 02h16

Bonjour Mia,

Tout comme ninne, votre récit fait écho en moi.

La question est de savoir si vous voulez continuer à vivre comme cela pendant des années ou si vous voulez vivre votre vie ?

Rien ne sert de vérifier si il a acheté des bouteilles, si il a bu. Rien ne sert de faire le gendarme ou la police il trouvera toujours une solution dans le cas ou il ne souhaite pas arrêter.

Vous ne pouvez rien pour lui mise à part subir, seul lui peut prendre la décision d'être abstinent ou non.

Vous pourrez le soutenir c'est tout.

Seul lui peut décider d'arrêter de boire. Seul lui sait le pourquoi il boit.

Mais nous ne sommes en aucun cas la cause de cette addiction qui nous ronge et nous consume à petit feu.

Les enfants sont victimes de cette maladie même si nous avons l'impression qu'ils ne comprennent pas, ils savent et ils comprendront un jour.

Ma fille m'a dit du haut des ses 19 ans "mais pourquoi tu es resté avec Papa? " "Pour toi ma chérie pour que tu ne sois pas séparer de ton père !"..." "Et bien tu aurais mieux fait de partir!" m'a t'elle dit.

Et ça c'était après qu'elle apprenne que son papa était alcoolique.

Et s'en est suivi tout un tas de choses pour lesquelles elle comprenait mieux.

Mon mari a eu une période d'abstinence de 18 mois pendant laquelle j'avais retrouvé l'homme du début de notre rencontre mais avec toujours une épée Damoclès.

Et par contre la rechute est doublement fatale car il est retombé encore plus bas.

A tel point qu'il a prit la décision de se tuer à petit feu sans vouloir se soigner.

Aujourd'hui mon mari est malade et je lui en veut de me faire subir encore ça.

Je reste de nouveau impuissance face à cette maladie.

Vous pouvez toujours vous faire aider en allant aux alcooliques anonymes ou du moins aux alanons qui correspondent aux personnes vivant avec les malades alcooliques.

Cela peut vous aider à surmonter tout ça ou à trouver réponses à vos questions.

Peut être arriverez vous à emmener votre mari à participer en parallèle aux réunions AA qui vous permettrons tout les deux de voir que vous n'êtes pas seuls.

En attendant prenez soin de vous et préservez vos enfants.

J'espère avoir pu vous aider un peu même si c'est vous seul qui détenez les cartes de votre vie.

mia52 - 28/02/2022 à 09h22

Merci à vous toutes,

Ces réponses me font du bien. Énormément de bien car comme vous le savez toutes, je crois que la solitude et la détresse nous ronge à petit feu. Même si je n'ai toujours pas trouvé la réponse, même si je suis toujours perdue, je vous remercie du fond du coeur.

Je pense qu'il faut que je me concentre sur mes enfants et leur bien-être mais , eux aussi trinquent car pourquoi leur maman crie trop facilement parfois? Pourquoi maman est fatiguée et ne peut plus jouer comme avant? Pourquoi maman est sur les nerfs? Je passe mes journées avec eux, du matin au soir, à essayer d'être avec eux, de les occuper, de les soigner, de gérer leurs colères, leurs chamailleries (2 ans et demi et un an et demi, ça déménage!!).

Quand je vais coucher mon grand, je laisse le petit à mon conjoint. Hors c'est à ce moment qu'il boit. Je ne suis jamais tranquille. J'ai peur. Je suis toujours à l'affût de voir si il a bu ou pas. Je suis d'accord avec vous ,ça ne sert à rien d'aller surveiller les bouteilles mais c'est devenu systématique. Comme si constater les dégâts m'était indispensable.

J'en ai parlé à sa mère il y a quelques mois afin qu'elle m'aide à le faire réagir. Elle m'a traité de menteuse (cela revenait au même), depuis nos relations sont différentes. Elle me dit et me laisse penser que s'il ne va pas c'est de ma faute. Je sais qu'elle ne peut être objective mais du coup je culpabilise pour tout: mes enfants, qui ressentent mon épuisement, mon conjoint, de l'avoir dit à ses parents.... Je suis toute seule, sans vie sociale car je ne prends pas de temps pour moi, les enfants me prennent tout le temps et je ne m'en plains pas. Je n'ai plus mon meilleur ami qui est mon conjoint, pour m'écouter.

Et j'ai l'impression de m'apitoyer sur mon sort en vous racontant tout ça. Mais bizarrement cela fait du bien de rédiger quelques mots sur ma situation. Dons merci encore de votre écoute.

Bon courage à tous