

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# EST-CE VRAIMENT L'ALCOOL QUI EST RESPONSABLE?

---

Par **Québécoise** Posté le 02/03/2022 à 03h53

Salut 12 ans avec un alcoolique actif.

Meeting Alanon, therapie..... Et bcp d'effort et d'amour

J'ai de petites informations, qd ils arretent de boire , l'idyle de paix est temporaire.

L'alcool est 15% du probleme, reste 85% a soigner apres. Et oui, ca reste des hommes colerique, controlant.

Seulement ceux qui voudront aller en profondeur vont eloluer sincerement.

Mais meme sachant cela, toutes les femmes ou hommes qui tolere l'inacceptable a aussi un vide qu'il nourri de l'exterieur avec le chaos de l'alcoolique.

Fait du bien , juste d'ecrire ces mots, faut je retourne a Alanon encore.

Chaque fois j'arrete d'y aller prc ca va bien et ca recommence. Est-ce que j'en suis dependante haha.

## 5 RÉPONSES

---

**Moderateur** - 09/03/2022 à 16h11

Bonjour Québécoise,

Nous sommes heureux de vous revoir 😊

Est-ce que vous pourriez développer ce que vous mettez derrière cette phrase : "Mais même sachant cela, toutes les femmes ou hommes qui tolèrent l'inacceptable a aussi un vide qu'il nourrit de l'extérieur avec le chaos de l'alcoolique." ?

Est-ce que c'est quelque chose que vous avez constaté ou compris avec le travail sur vous-même que vous avez fait récemment, sur votre dépendance affective si je me souviens bien ?

Merci.

Le modérateur.

---

**Québécoise** - 28/12/2022 à 04h09

Long time no see...

Bonjour modérateur, bcp de temps c'est écoulé depuis votre réponse.

C'est le temps des fetes!! Pas évident avec un alcoolique actif.

Pour revenir au message ... oui je suis dépendante affective, et je fais maintenant , des meeting DAA. Dépendant affectif anonyme. De temps en temps .

Ca ne veut pas dire que j'ai beaucoup besoin de presence, absolument. J'adore etre seule ! J'aime le silence! Marcher en foret , aller au gym seule, lire, faire de la visualisation...

Ca veut dire que j'accepte des manques de respect et preserver une relation pour ne pas etre celibataire . Ce vide , qui donne envie de rester, j'ai parlé avec beaucoup de type de dependant different, et c'est le craving ou le manque. Comme un trout a l'interieur.

C'est contradictoire je sais... je m'occupe beaucoup plus de moi et beaucoup moins de lui, maintenant.

Pour noel , j'ai reçu les 2 familles et ma mere etait saoule et elle s'enervait sur moi , prc je ne voulait pas remplir son verre de vin.

Ces trouts viennent de la ! D'une blessure qui a creer un ancrage, une facon de vivre des relations , qui est impregné.

Le cerveau est ordinateur puissant , il veut retourner a ce qu'il connait , si non , la sensation de craving desagreable se fait sentir.

Je me donne des permissions a court terme, pour me prouver qu'autrement ca peut etre bien. Et a force de le vivre les croyances changent petit a petit .

J'aime des alcooliques, ces personnes eclatés qui me font faire des Tours de maneges. Je me responsabilise de plus en plus , c'est ma vie , et c'est mon devoir a moi, de m'enlever qd les alcooliques m'ateignent.

Beau bec , de Montreal

Joyeuse fetes  
Ca s'ameliore 😊

---

**jubINETTE - 29/12/2022 à 09h40**

Bonjour Québécoise

Votre post m'interpelle car je suis en pleine remise en question actuellement.  
En couple également avec une personne alcoolique, je le pointe toujours du doigt et me plaint sans cesse de ses agissements.  
Je commence seulement à prendre conscience de ma part de responsabilité dans cette relation. Non pas sur sa consommation car lui seul en est responsable mais sur mon attitude à moi qui est de rester avec lui, d'avoir peur de partir. Comme vous le dite si bien, à ses côtes je nourri un vide à l'intérieur de moi. Lequel je ne sais pas par contre...?  
Vous parlez de meeting DAA, pouvez-vous m'en parler plus, où peut-on y participer? Merci

---

**Québécoise - 05/01/2023 à 22h45**

Bonjour Jubinette,

Les alcooliques anonymes , travail sur leurs dependance a l'alcool,  
Dans la premiere etape

Je reconnais avoir perdu le controle de ma vie face a l'alcool

Les Alanon c'est transposer face , a un proche alcoolique

Je reconnais avoir perdu le controle de ma vie face a un proche alcoolique

Les DAA dependant affectif anonyme transpose la premiere etape face aux autres.

Je reconnais avoir perdu le controle de ma vie face aux autres ...

Le but n'est pas de controler , mais de prendre concience a l'interieur de soi et d'accepter cet etat.

Ok ... je suis la ... par rapport a ca...Sans etre coupable ou pas ,

Sans juger , juste l'acceullir

Apres il y a les autres etapes ... tu peux aller voir sur les sites ou sont les reunions , dans ton coins .

Ces etapes aide a deprogrammer et suivre un autre facon de fonctionner et reaprendre a etre, plutot que de subir inconsciemment nos patern.



---

**always - 10/01/2023 à 00h40**

Bonsoir

Je me suis renseignée pour contacter Alaton mais sans succès.  
Il n y a pas de réunion près de chez moi mais j ai cru comprendre que des visio pouvaient s organiser.  
Aucune réponse à mon mail et je n ose pas téléphoner.  
Auriez vous des conseils svp ?