

## ALCOOLISME DU CONJOINT

---

Par **Chiara** Posté le 03/06/2022 à 10h37

Bonjour, c'est avec beaucoup de désarroi que je m'adresse sur ce forum. Je subis depuis plusieurs années l'alcoolisme de mon conjoint et celui-ci ne cesse d'augmenter. J'ai pris conscience très vite de ce problème, j'en ai parlé dès le départ avec lui, suite à quoi il s'est mis à acheter et consommer en cachette. J'ai sollicité d'autres membres de sa famille, pensant qu'ils pourraient l'aider mais ils n'ont jamais réagi hormis pour me dire de l'hospitaliser sous contrainte...les consommations peuvent se présenter tôt le matin, ou durant la nuit et tout au long de la journée...j'essaie de ne pas le braquer mais dès que je fais le constat de son alcoolisation dès 9h du matin, il devient agressif verbalement et dit que je mens pour le dénigrer...il a rencontré une infirmière d'addictologie en début d'année (il a été obligé de la rencontrer) qui lui a donné des infos sur les CSAPA. Il n'a pas donné suite et a doublé sa consommation. J'avais moi-même dès avant ce rendez-vous contacté le csapa qui m'a dit ne rien pouvoir faire car c'est à lui de faire la démarche. Je me sens dans l'impasse, impuissante car je n'arrive à l'aider en rien, je gère tout car il passe le plus clair de son temps couché. Je ne supporte plus cette situation. Je me sens terriblement seule...

### 3 RÉPONSES

---

**jubinette** - 15/06/2022 à 13h16

Bonjour Chiara

Je comprends tout à fait ta situation car j'ai vécu pendant des années l'alcoolisme de mon conjoint aussi, et ce que tu décris exactement ce que j'ai vécu : son déni, son agressivité, cette manière qu'ils ont de tout nous remettre sur le dos à nous les conjointes. ça n'a pas été facile, mais pour moi la solution pour ne plus subir tout ça a été de le quitter. je ne voyais pas d'autres alternatives. ça a été terriblement dur car je l'aime toujours (et qu'en plus mr s'est remis en couple juste 1 semaine après la séparation...) mais j'avais peur de lui quand il était agressif, peur de finir avec mon nom dans un fait divers à la télé...

C'est très dur mais quand je pense à l'avenir maintenant je peux m'en imaginer un.

avec lui, je ne pouvais pas me permettre de m'imaginer un avenir

on entend bcp qu'il faut penser à soi et prendre soin de soi, j'en suis persuadé. Je me suis longtemps isolé par honte de sa maladie et quand j'ai enfin tout avoué à mon entourage ça m'a fait un tel bien! si je peux te donner un conseil c'est d'en parler à tes proches, c'est ce qui m'aide le plus.

bon courage à toi, prend soin de toi

---

**Québécoise** - 15/06/2022 à 16h45

Bonjour

Je te comprend, je suis depuis plus de 12 ans avec un alcoolique que jm.

Il essaie de me culpabiliser souvent, il piétine mes limites et après c'est moi le problème. J'en suis venue à ne plus croire que c'est l'alcool le problème. Il a choisi d'être comme ça, c'est tout. Il a choisi d'être malade plutôt que de se soigner.

Et maintenant que je ne m'imagine plus : s'il arrête de boire tout sera parfait... NON rien n'est parfait, il y a d'autre homme, mais c'est lui que jm.

Par contre, je me responsabilise plus. C'est ma responsabilité de ne pas accepter ses paroles. Oui, il connaît mes points faibles et fait exprès pour les mettre en plein jour.

Qd j'en ai assez je pars, prc ce que en fait c'est moi qui décide de vivre ça. Personne d'autre. Je n'ai aucun pouvoir sur l'autre, ni qu'il me comprenne. Et j'ai essayé... ouf !

C'est un beau miroir! Et si j'essayais de me respecter et de me comprendre. Par lui c'est impossible, c'est pas ce qu'il est en mesure de m'apporter. Vive les copines !

Continu d'en parler comme dit Jubinette et tu vas t'entendre 😊 toi.

---

**Chiara** - 28/08/2023 à 22h55

Bonsoir, je n'avais jamais eu connaissance de vos réponses, de ce fait je réponds tardivement, ce qui me permet de voir que plus d'un an après, si le ressenti reste le même, beaucoup de choses se sont passées, et j'accueille vos témoignages sans doute différemment que si j'en avais pris connaissance il y a un an....

Il était inconcevable pour moi de le quitter, bien que j'étais tellement en colère de ce que notre vie était devenue, tout en continuant d'être à la fois sa femme, sa mère, son infirmière, son épaulé...je pensais pouvoir l'aider, je pensais réussir ensemble. pourtant aujourd'hui les démarches sont lancées pour aboutir à cette séparation. Il y a forcément du chagrin, l'amour pour notre vie d'avant, les regrets de notre vie d'avant, les rares moments où cette vie d'avant me paraît encore possible, mais le seul avenir que je nous vois ensemble c'est

avec l'omniprésence de l'alcool. L'avenir ensemble ce sera moi désespérée de le voir ainsi, moi le ramassant d'une de ses innombrables chutes, moi m'inquiétant qu'une maladie se déclare et que je le perde définitivement. Et pourtant j'ai décidé il y a quelques jours de tourner la page, même si au fond de mon cœur, je l'imagine faire face à toutes ses difficultés sans moi. Je me dis c'est un peu comme si depuis des années je porte un énorme poids sur mes épaules et que je lui transmets ce poids à présent et que je ne serai plus là pour l'aider, je me dis ce poids sera bien trop lourd, il ne pourra pas, il ne saura pas et de me sentir responsable de la charge que je lui transmets

Vous aviez raison de dire de parler car m'ouvrir m'a permis de me libérer. Jubinette, ton histoire fait vraiment écho à la mienne. Merci pour ton retour

---