

## COMMENT SAVOIR SI UNE PERSONNE ENTRETIENT UNE MAUVAISE RELATION AVEC L'ALCOOL

---

Par **Ansme43** Posté le 13/01/2023 à 17h34

Bonjour,

Je me demande si mon conjoint a une mauvaise relation avec l'alcool.

Depuis son enfance, il a souvent vu ses parents boire la semaine comme le week end plus que de raison.

Cela fait 7ans que nous sommes ensemble. Au départ nous sortions beaucoup en soirées donc il buvait de l'alcool dans un cadre festif, cela ne me posait pas de soucis.

Puis on s'est plus posés, moins de soirées, plus de stress avec des travaux chez nous ou le boulot.

Et là depuis quelques années il boit en "cachette". C'est à dire si je ne suis pas à la maison ou si je vais prendre ma douche, sortir le chien...

Il ne va pas se souler complètement mais 1,2 ou 3 verres ..que ce soit en fin de matinée, dans l'après midi, début de soirée ou avant d'aller se coucher.

Et il va essayer de le cacher dans le sens aller acheter des bières ou du vin dans l'après midi s'il sait que je ne suis pas là le soir. Ou me dire j'ai bu juste une bière en laissant 1 bouteille vide alors qu'il en aura bu 2 autres et jeté 2 autres.

Après il peut s'agir de tout comme alcool, bière, vin, whisky, vodka, Cognac...

Il me dit en plus qu'en général il ne l'apprécie même pas mais il va me mettre en porte à faux si je lui demande s'il a bu et mentir, pour ensuite avouer en général quelques heures plus tard ou le lendemain.

Au départ il me disait que c'était quand il était seul en jouant à la console mais là il n'a pas de console et le fait toujours, il me disait que c'était quand il était stressé mais la dernière fois il m'a dit avoir passé une super journée avec ses collègues ce qui ne l'a pas empêché de boire du rosé en début d'après midi et du cognac au coucher.

Ce ne sont pas des très grosses quantités donc pour lui il ne voit pas le problème, est ce moi qui voit un problème la ou il n'y en a pas (pour moi on boit un verre d'alcool pour l'apprécier, pas n'importe quand dans la journée et en général pas seul)?

Il ne veut pas voir quelqu'un pour en parler et ne se voit pas arrêter complètement de votre face aux regards des gens qui on a du monde a la maison ou si on est invités.

Qu'en pensez-vous? Y a t il un problème, et si oui que faire?

De mon côté ses mensonges me posent beaucoup et notre relation n'est pas au top.

Merci

### 4 RÉPONSES

---

**jubINETTE** - 15/01/2023 à 12h28

Bonjour Asme43

De part mon expérience je pense qu'à partir du moment où une personne se cache pour boire et ment, il y a un problème, ce que je veux dire c'est que si on a rien à se reprocher il n'y a pas lieu de se cacher. Ça reste mon avis... Mon compagnon se cache pour boire par honte et pensant que je ne le verrai pas, seulement voilà quelqu'un qui a bu ça se voit. Et si ce comportement vous pose un problème c'est tout à fait légitime. Toujours de part mon expérience, une personne qui a un problème avec l'alcool aura tendance à être dans le déni et à dédramatiser la situation, je pense qu'il faut faire confiance à votre intuition et qu'à partir du moment où vous vous posez la question ce n'est pas pour rien.

Pour moi le stress ou le sentiment de se sentir seul ne sont que des excuses pour boire. Imaginez si toute les personnes seules ou stressé se mettaient à boire ? Le monde entier boirait ! Tout le monde n'a pas la même façon de réagir face à ça.

Vous pouvez je pense lui en parler, il est toujours bon de communiquer sur quelque chose qui vous pose problème. Et je ne peux que grandement vous encourager à penser à vous en premier lieu et vous préserver et vous protéger (plus facile à dire qu'à faire...)

Si vous êtes avec quelqu'un qui a un problème d'alcool, petit à petit vous allez vous focaliser sur ça et finir par vous oublier tellement vous serez obnubilé par cela. En tout cas ça a été le cas pour moi, et pour bcp d'autre.

Je sais qu'il est facile de donner des conseils mais on ne vit pas la situation... Faites vous confiance et préserver vous avant de vous perdre comme bcp de conjointe et conjoint d'alcoolique.

**mat67** - 15/01/2023 à 17h44

Bonjour.

J'ai l'impression de voir ma conjointe qui raconte cet triste histoire.

Car j'ai le même problème que votre mari et j'ai conscience que c'est de l'alcoolisme pur.

J'en ai déjà parlé avec mon médecin.

Mon couple est mort a cause de mes tords.

Les enfants n'ont pas le droit d'avoir un père alcoolique (je ne bois que de la bière mais en forte quantité)

Je suis tomber dans un cercle dangereux, mis en péril ma famille et tout nos biens.

En ce moment je le vis très mal la faite de boire ou de ne pas boire.

Je chercherai urgemment des solution a partir de cet semaine je vais me reprendre en main.

Je veux que sa cesse j'en veut plus de cet merde qui me gâche la vie et celle de mes proches.  
Je vous souhaite bcp de courage car ce n'est pas évident de lancer le sujet avec Mr et qu'il avoué son probleme.  
Moi je me doit de guérir car je ne veut pas de problème de santé grave où irréversible mes enfants doivent avoir un père responsable.  
Mais j'avoue que c extrêmement dur car je n'ai de soutien de personne.  
Ma conjointe ne me soutien plus car je la comprends je lui ai promis mille et une fois que j'arrête et quand elle découvre des bière vide dehors caché je peu comprendre sa colère et sa haine.  
Sa fait 15ans qu'on et ensemble et tout cela s'arrête à cause d'une saloperie qui occupe une parti de moi  
C'est pour cela que je suis la aujourd'hui car je veux discuter comprendre et surtout solutionner ce problème d'alcoolémie.  
Je n'ai pas honte de dire la vérité et d'en parler ne me gêne pas bien au contraire l'entraide est primordiale dans la vie surtout dans ces moments qui pourisse la vie a tout le monde.

---

**Leoranus - 15/01/2023 à 23h26**

Bonjour Ansme43,  
A la question, "Votre mari est-il alcoolique ?" j'ai envie de répondre : OUI s'il boit tous les jours sans exception. MAIS ce qui me dérange surtout c'est qu'il vous mente. Pourquoi vous ment-il ?

Je suppose qu'il ne veut pas de reproches de votre part et pour avoir la paix, il préfère inventer différents stratagèmes.  
J'ai envie de vous dire que c'est surtout ça qui est problématique dans votre couple.  
Votre mari n'est pas dupe du fait que vous avez compris qu'il ment, visiblement grossièrement mais comme vous jouez le jeu de celle qui ne voit rien ou ne veut rien voir, vous êtes engagée dans une voie sans issue. Un beau jour, vous allez exploser et ça fera du dégât.

L'alcool est un ou une amie qui veut votre perte. Visiblement votre mari se trouve très bien en sa compagnie.  
Entre cette amie perverse et vous-même, qui préfère-t-il ?  
S'il devait choisir, qui garderait-il ?

Je pense qu'il faut que vous ayez une discussion apaisée avec votre mari sur ses mensonges. Ne le braquez surtout pas. Si vous aimez toujours votre mari, dites le lui car si votre mari boit c'est qu'il a un manque de quelque chose. S'il a votre amour c'est déjà beaucoup. Mais votre amour ne peut pas supporter les mensonges, surtout à cause de l'alcool. Il faut le laisser parler et ne prendre aucune décision à chaud. Votre mari risque d'être chamboulé et il faut le laisser réfléchir sereinement. Ne lui reprochez rien car c'est l'origine de ses mensonges.

Pour savoir comment réagir face à votre mari, imaginez la situation inverse. Comment voudriez-vous que votre mari vous présente les choses sans vous braquer?

---

**Ansme43 - 16/01/2023 à 22h45**

Bonjour,  
Je vous remercie déjà d'avoir pris le temps de lire et pour vos réponses déjà ça me fait du bien d'en parler à d'autres personnes.

JubINETTE c'est exactement ça il va d'abord être dans le déni ou dédramatiser car il ne va pas boire des litres. Après c'est vrai que le stress ou la solitude ne doivent pas justifier l'action, je lui dis bien que du stress il y en aura tu a un moment où un autre, et il ne peut pas y avoir toujours quelqu'un avec lui.  
J'ai surtout perdu confiance en lui, je ne le crois plus quand il me dit quelque chose, j'ai l'impression qu'il cache des bouteilles qu'il achète de son côté pour que je ne vois pas le reste qui diminue ou disparaît je ne sais pas si je deviens parano ou pas du coup.  
J'essaie oui de prendre du recul là sur notre relation, le fait qu'on ne trouve pas de solution à cela car vraiment je ne sais plus comment l'aider ou lui ouvrir les yeux malgré de vrais bonnes discussions, il relativise et se dit ça va aller car pour lui un psy ne servirait a rien et il ne sait pas quoi faire d autre.

Mat67 merci aussi pour le retour c'est intéressant aussi de voir le ressenti de l'autre côté. C'est déjà bien si vous avez réalisé la situation même si c'est triste qu'il est fallu en arriver à vous séparer mais si penser à vos enfants vous fait réagir c'est une force pour vous et ça peut vous aider beaucoup je suppose aussi. J'aimerais bien savoir comment vous pensez procéder pour aller de l'avant après avoir vu votre médecin traitant, savoir ce qui fonctionne pour vous comme pistes d'amélioration si vous souhaitez en parler. En tout cas force et courage à vous.

Leoranus non il ne boit pas tous les jours, il peut même ne pas boire de 15jours mais ensuite il se "relâche" et les mauvaises habitudes ensuite reviennent. Après oui c'est ça il ment pour ne pas avoir de reproches, ne pas être jugé et parce qu'il trouve son attitude nulle. Après on a déjà eu x discussion que ce soit grosse engueulade ou grande discussion posée le résultat ne change pas. A choisir je sais qu'il dira moi mais j'ai l'impression qu'il n'en ai pas vraiment capable d'arrêter le reste car pas dramatique et pas envie d'être jugé par les autres. Après une grande discussion l'autre jour, il me dit que ce n'est que quelques verres de temps en temps, que plein de gens le font et qu'il ne sait pas comment arrêter. Pour moi je ne pense pas qu'il réfléchi car j'attends vrm qu'il entreprenne quelque chose car ce n'est pas en restant comme ça sans changement que les choses iront dans le bon sens.

---