

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### A L'AIDE

---

Par **Veroo** Posté le 16/04/2023 à 04h03

Je ne travaille pas et mon mari boit. Il a l'alcool méchant. Il ne m'a cependant jamais tape mais un jour il est passé devant moi en serrant les poings. Les effets de son alcoolisme s'est qu'il parle beaucoup et il y a beaucoup de tensions. On sent qu'il ne faut pas le contredire, sinon le ton monte. Pour le moment il boit le week-end et moins la semaine. Mais s'il fait ça c'est parce qu'il travaille.

Pour mon bien être j'envisage de le quitter, mais je ne travaille pas, je suis très triste de perdre tous se qu'on a construit ensemble, et j'ai peur du monde du travail car j'ai été licenciée et ça m'a traumatisée. A cause de lui et de son alcool isme je dois affronter ces 2 peurs, celui de me réinsérer dans une vie active qui me terrifie , et de me séparer de tous mes repères (20 ans de vie commune, une maison) . Mais de l'autre côté c'est endurer son alcoolisme et de savoir que s'il ne fait rien ça ira de pire en pire, car un jour il sera à la retraite et il boira tous les jours et moi je serai seule avec lui, car mes enfants qui sont grands seront partis.

### 2 RÉPONSES

---

**Inquietude** - 17/04/2023 à 15h25

Bonjour Veroo, en ce moment moi aussi je doit travailler sur cette peur de me réinsérer dans la vie active, je n'est pas vécu de licenciement, mais très peur de me retrouvé mère célibataire avec de jeune enfant. J'essai de me rassuré, car il y a d'autre femme dans le même cas. Et je comprend aussi votre peur de perdre tout se que vous avez construit avec votre mari, 20 ans de vie commune se n'est pas rien.

Je suis dans le même dilemme que vous soit rester avec un mari alcoolique, qui dans l'avenir j'ai bien peur continuera a boire et souffrir encore de son alcoolisme ou Partir qui signifie affronter mes peurs et reprendre ma vie en main en espérant de ne pas échouer.

Je consulte une thérapeute ,en ce moment, et j'ai compris que je devais m'occuper de moi et laisser mon mari géré les conséquences de son alcoolisme. Je suis au tout début et c'est difficile encore pour moi, mais, il faut que je le fasse j'ai pas envie d'être malheureuse encore de l'alcoolisme de mon mari.

Bon courage dans votre prise de décision et prenez soins de vous

---

**Josephinezoe** - 01/05/2023 à 02h15

Bonjour Véroo

Ta situation est difficile. Tu est dans un dilemme où prendre une décision est très dure.Rester ou quitter.En plus, tu as l aspect social.

On est de plus dans une société du chacun pour soi.Heureusement, il y a des associations..forum....

Mais la décision nous appartient et être accompagnée dans ce choix est impératif. Chaque situation est différente,chaque vécu

Je suis aussi à bout avec l alcoolisme de mon compagnon.

J ai dû soutien mais pour me dire de le quitter.C est déjà dur au quotidien car qd on les aime on veut les aider tout en pensant et en nous protégeant.

Mais je me sens seule dans comment l aider m aider .....ou simplement m écouter en cas de crise sans jugement...simplement pouvoir déposer mes émotions...même si j ai déjà un therapeute

J ai envie de m isoler face à cette incompréhension de mon entourage ou à leur inaction face à la situation....fermer les yeux est plus facile

Je suis de tout cœur avec toi

Joz

---