

## APRÈS DES ANNÉES DE MENSONGES, QUE FAIRE ?

---

Par **MathildeMathilde** Posté le 27/07/2023 à 12h30

Bonjour à tous,

J'ai commencé à lire les différents témoignages de ce forum et je souhaite bon courage à tous les proches qui ont un alcoolique dans leur entourage qu'ils souhaitent aider...

De mon côté, je suis totalement perdue. J'ai appris cette semaine par moi-même que mon compagnon avec qui je suis depuis quelques années, buvait en cachette depuis très longtemps, probablement depuis le début de notre relation.

Je l'avais surpris une fois, il avait alors prétendu que c'était la seule fois qu'il avait ça... Au fond de moi je savais que ce n'était probablement pas vrai, mais j'ai voulu y croire, car je l'aimais.

Durant toutes ces années, nous avons enchaîné d'autres problèmes liés à sa vie passée et j'ai toujours été là pour l'aider, l'accompagner. Je me suis beaucoup investie dans cette relation qui au finale, ne m'a pas vraiment apporté de bonheur... J'ai l'impression d'avoir passé plus de temps à gérer ses problèmes qu'à passer de bons moments avec lui.

Aujourd'hui, je ne sais plus quoi faire. Je sais qu'il est malade. J'ai l'impression d'avoir le devoir de l'aider à s'en sortir, mais pas l'envie d'être avec lui... Notre relation au global m'a beaucoup affectée. Je souffre d'être avec lui, bien qu'il ne soit pas violent physiquement ou autre, il n'a jamais été une personne très stable...

J'aimerais qu'il s'en sorte, pour lui et pour ses enfants. Mais je ne vois pas comment faire pour l'aider, pour le soutenir en me protégeant moi-même de tout ça.

Si vous avez des avis, je suis preneuse... !

Merci pour votre aide

### 3 RÉPONSES

---

**Nasnas567** - 28/07/2023 à 10h04

Bonjour à toi,

En lisant ton message je vois deux questions : la question de ce que va devenir votre relation et la question de le sortir de là.

Déjà tu dis "probablement depuis le début" de notre relation. Je pense que ça serait intéressant de savoir si ça a démarré avant ou si ça a fait suite à un grand choc dans sa vie du type un décès ou une perte d'emploi.

Après tu parles de "devoir", je ne suis pas juriste donc je ne sais pas ce que dit la loi exactement mais si vous êtes mariés effectivement, je suppose que tu te dois au moins d'essayer quelques temps de le sortir de là. Quand bien même si l'aider se fait au péril de ta santé mentale voir de ta santé je ne suis pas sûr que ce soit le meilleur choix. En sachant que tu n'es pas obligée de l'aider seule tu peux plutôt en discuter avec lui et le pousser à aller vers un professionnel.

Ensuite tu dis que tu n'es pas si heureuse que ça dans cette relation... Alors à quoi bon la sauver ? Ceci dit la décision t'appartient et dans ton post on a pas tous les éléments pour répondre.

Le premier élément déterminant selon moi est ton âge. Si tu as par exemple 23 ans, t'as la vie devant toi et même si c'est triste mieux vaut partir plutôt que de baser ton bonheur sur la possibilité que quelqu'un change (spoiler : on ne peut pas changer les gens. Les gens peuvent changer d'eux-mêmes mais essayer de changer quelqu'un c'est compliqué). Maintenant deuxième possibilité si tu as par exemple 35 ans et que tu comptais faire des enfants avec lui, ça vaut peut être le coup de tenter de le changer la décision t'appartient dans tous les cas.

Dans tous les cas, la base dans ce genre de situation, c'est de commencer par en parler avec lui, en mettant un terrain de confiance et en écoutant.

Bon courage et prends soin de toi.

Note : j'ai répondu sur la base des éléments que tu as donné mais il y a peut-être d'autres éléments déterminants qui changerait totalement mon avis.

---

**MathildeMathilde** - 28/07/2023 à 11h31

Bonjour Nasnas567,

C'est vrai que je n'ai pas été très précise dans mon premier message sur le contexte... Pour répondre aux points que tu soulèves : j'ai bien la confirmation qu'il était déjà alcoolique bien avant que je ne le rencontre. Sauf qu'à l'époque, ça n'inquiétait pas grand monde, il buvait en toute liberté.

Quand nous nous sommes rencontrés, j'ai fait des petites réflexions au début de notre relation sur le volume d'alcool qu'il buvait quand nous étions ensemble. Et j'imagine que c'est pour cette raison qu'il a commencé à le faire en cachette.

Je ne suis pas mariée avec lui, mais nous sommes pacsés. J'ai 28 ans et un enfant, d'une précédente union. Et lui en a aussi. Nous vivions tous ensemble depuis plusieurs années et tout se passait bien. C'est la principale raison qui m'a fait rester jusqu'ici : l'équilibre familial. Et en effet, nous songions depuis un an à faire un dernier enfant ensemble et avions même commencé à essayer depuis peu (en vain).

Je pars en famille pour quelques semaines (c'était prévu déjà avant ça), ça me permettra de me remettre du choc et de prendre un peu de recul... Avec tout cela, il a commencé à prendre les devants, médecin, CSAPA, etc... Mais je pense qu'il le fait pour moi, pour ne pas me perdre, pas pour lui-même...

---

**Nasnas567 - 28/07/2023 à 20h05**

Ces quelques semaines ne peuvent être que bénéfique pour ta réflexion. Vois aussi si ce qui t'affecte le plus c'est le fait qu'il te l'ai caché, ou bien qu'il soit alcoolique ou bien les conséquences que ça a sur votre couple ou bien encore autres choses. Je pense que c'est pas mal de pas essayer de tout régler de front mais plutôt de démêler chaque chose une par une.

Pour le fait qu'il change pour toi plutôt que pour lui pour commencer ça me semble pas spécialement un problème après je ne m'y connais pas assez

---