

## BESOIN DE SOUTIENS

---

Par **Profil supprimé** Posté le 07/12/2014 à 14h49

Je navigue sur ce site depuis quelques jours et moi aussi je franchis le pas. Mon conjoint a une addiction à l'alcool depuis de nombreuses années mais l'abcès a été crevé il y a quelques mois. Je suis suivie par une psychologue et est arrivée à ce qu'il consulte un psychiatre depuis 6 mois mais rien n'a réellement changé. Seulement une variation de consommation qui a repris il y a un mois. Nous avons un petit garçon de 3 ans et un autre à venir pour le printemps prochain... Aucune violence verbale et physique au contraire il est très effacé lorsqu'il est alcoolisé. Il s'alcoolise seulement en cachette. Lorsque je vois qu'il a bu et lui fait remarquer c'est rarement vrai... mais par moment il avoue. Je l'ai surpris pour la première fois cette semaine après son rdv avec son psy depuis ce rdv il essaie de gérer sa consommation... mais mon prochain objectif est qu'il en parle à son médecin... de toute façon si il ne fait pas quelque chose et se fait pas soigner il sait qu'il nous perd. Contrairement à ce que l'on pourrait penser je le fais par amour et pour nous protéger.

Voilà un peu ma galère.

### 16 RÉPONSES

---

**Profil supprimé** - 08/12/2014 à 09h55

Vous devriez parler avec lui de la possibilité d'une cure de désintoxication d'un mois... Il en existe plusieurs en France

---

**Profil supprimé** - 08/12/2014 à 18h33

Je sais que c'est la seule issue j'avoue que il y a quelques mois je n'aurais pas pu vous répondre cela... je n'étais pas prête à me l'avouer. Maintenant il dit vouloir s'en sortir tout seul...

---

**Profil supprimé** - 15/12/2014 à 15h38

Bonjour  
Il dit vouloir s'en sortir seul, je pense qu'il doit falloir une volonté de fer... Concrètement, que fait-il ?

---

**Profil supprimé** - 20/12/2014 à 13h16

Bonjour,  
Il a réduit fortement sa consommation et arrive à plusieurs jours d'abstinence. Bon pour moi c'est pas suffisant et je trouve ça dur de s'infliger autant de douleurs alors qu'il pourrait être coaché et soutenu pour des professionnels. C'est malheureusement pas moi qui doit prendre ces décisions. Les fêtes de fin d'année arrivent et mes angoisses envers l'alcool vont pas être atténuées...

---

**Profil supprimé** - 31/12/2014 à 08h53

Comme je le pensais les fêtes de Noël se sont bien passées pas d'abus normal en groupe pas de consommation excessives d'autant plus que nous étions en famille et qu'ils sont au courant donc il se sent observer même si ce n'est pas le cas. Au contraire, d'ailleurs je pense qu'ils sont un peu désemparés car ils souhaiteraient lui dire on est là pour t'aider mais ne savent pas comment il va réagir. Bon après avoir lu les fils de discussions du côté consommateur et bien je pense qu'il y a quelques étapes à franchir d'abord abstinence seul et consommation contrôlée en groupe... mais ceux se sont de petits pas pour l'entourage alors que c'est des victoires pour les consommateurs. C'est tout de même pas tout simple nos vies petite consolation c'est que nous sommes nombreux à en souffrir.

---

**Profil supprimé** - 02/01/2015 à 15h28

Bon et bien dérapage contrôlé mais quand même 😞 Mais avec des échanges, des messages de passés et un j'aime bien quand tu es comme ça de la part de mon conjoint après avoir discuté pendant une heure et demi deux heures car j'ai pu tenir quasiment l'ensemble de l'échange sans larmes. Je pense que c'est grâce à mes lectures sur les différents fils de discussion des deux côtés.  
Voilà voilà.

Aucun rdv de pris encore...

A suivre.

---

**Profil supprimé - 09/01/2015 à 13h15**

Complicier de voir son conjoint se battre et de souffrir sans qu'il fasse la démarche de demander de l'aide car le regard et/ou le jugement de l'autre est difficile. Beaucoup de maux liés au manque... Fière mais j'aime pas le voir souffrir sans pouvoir rien faire mis à part l'aimer et lui dire.

---

**Profil supprimé - 11/01/2015 à 17h34**

Salut astuce

Ton homme à pas envie de se faire aider ou il n'est pas prêt à assumer le regard de l'autre et de lui-même face à sa maladie ?

A-t-il entendu ta souffrance ? le fait qu'il faut que les choses changent pour lui et pour toi. Car tu ne peux pas le soutenir s'il ne veut pas. Et il a pas le droit de te tuer comme il se tue. Ton amour ne vous sauvera pas, sauf s'il se reveil.

tiens moi au courant si tu arrive à lui faire entendre qqc

gros bisou

---

**Moderateur - 12/01/2015 à 17h23**

Bonjour Astuce,

Ce petit mot pour souligner qu'il faut peut-être qu'il passe par des tentatives "sans aide" pour finalement accepter d'être aidé. En effet, beaucoup de personnes, et c'est normal, préfèrent d'abord tester leur autonomie face à l'alcool (mais aussi éviter d'exposer leur "honte" à boire), avant d'accepter l'idée de leur dépendance. L'essentiel est cependant là : il se bat pour essayer d'arrêter et il a votre soutien. C'est un très bon début.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Profil supprimé - 13/01/2015 à 12h40**

Bonjour Clochette,

Il a très bien entendu ma souffrance et ma peur du futur mais je pense que comme le souligne le modérateur qu'il a besoin d'essayer seul. Pendant la période où il a été suivi il n'a pas eu de périodes aussi longues d'abstinence. Le sentiment de honte est vraiment dur pour lui. Les symptômes de manque sont multiples et le font souffrir je le vois bien et c'est ça qui est dur. En ce moment, nous sommes très heureux car nous échangeons énormément car l'alcool est absente. Mais la seule chose que je ne veux pas c'est que se soit éphémère je reste donc sur mes gardes et nous discutons régulièrement de cette maladie qui n'est pas guérie...

Je vous tiens informé de l'évolution des événements. Enfin si je n'ai pas à nouveau des problèmes d'internet.

Bonjour modérateur,

Merci de votre soutien et je pense qu'en effet cette étape "sans aide" doit être essayée même si je sais que ce n'est pas possible mais j'ai en effet l'impression que s'il passe pas par là il ne sera pas convaincu de sa dépendance. Je suis entièrement en accord avec votre réponse.

Astuce.

---

**Profil supprimé - 13/01/2015 à 14h00**

Salut,

C'est bien qu'il entende ta souffrance et que vous arriviez à discuter, j'espère sincèrement qu'il arrivera à se détacher de son sentiment de honte car il est malade et n'a rien voulu. C'est fou ça, on passe tous par ce sentiment alors qu'on ne fait rien de grave, soit on est malade soit on le subit.

Courage à vous 2

---

**Profil supprimé - 14/04/2015 à 12h40**

Bonjour,

Je ne suis pas intervenue depuis longtemps mais je lis tous les fils d'un côté ou de l'autre. Ma petite addiction à moi

---

**Profil supprimé - 15/04/2015 à 11h30**

salut

comment va tu ? et ton homme ?

---

plein de bisous

---

**Profil supprimé - 15/04/2015 à 15h29**

Bonjour clochette,

Dans mon message, j'avais noté l'évolution mais a priori il y a eu un petit problème.

Je vais bien dans l'ensemble. Mon objectif est atteint il est allé consulter une infirmière dans un csapa mais le délai d'attente pour consulter un alcoologue est de plus de 3 mois ce qui lui a semblé une éternité. Du coup il a pris rdv avec son médecin traitant. Il a un traitement mais encore quelques dérapages donc il a pris un nouveau rdv.

Dans l'ensemble c'est positif mais tu sais bien que pour nous entourer on voudrait que se soit comme à Lourdes...

J'essaie de prendre de la distance mais c'est compliqué. Je dis vouloir le soutenir mais en l'occurrence je pense que je voudrais vivre sa vie à sa place donc je lui mets la pression en plus de celle qui se met... bref. Je pense que je vis comme si c'était ma maladie bon c'est vrai que ça influence tellement notre cellule familiale. Je pense aussi que grâce à tous les témoignages de consommateurs je me sers de toutes vos astuces et là il me dit que j'ai loupé ma voie et que j'aurais dû être psy...

Merci Clochette pour ton soutien et toi comment vas-tu?

---

**Profil supprimé - 15/04/2015 à 21h59**

salut

beaucoup de pression de ta part mais je te comprends car c'est dur ce quotidien avec ces malades (je l'ai vécue), la note positive est qu'il se prend en charge et que ça avance tout doucement, sûrement trop doucement de ton regard mais ça avance.

Pour ma part j'avais réussi à ne rien boire pendant 1 mois et demi et j'ai relâché à cause des fêtes de fin d'année car je ne me sentais pas d'affronter mon père, du coup je reboit tous les jours ou presque 1 ou 2 verres parfois 1/2 bouteille de vin.

Je grossis comme une femme enceinte en plus j'ai découvert récemment des problèmes de thyroïde alors il va falloir que je me mette un coup de pied au cul pour consulter un nutritionniste. Et peut-être un CSAPA. Car pour le moment je fais tout toute seule et ça marchait bien. Mais il y a une fragilité psy qui fait que je continue de boire (mon père) si tu lis mon poste "dépendante ou conduite à risque" dans le forum des consommateurs tu comprendras un peu mieux.

Je déprime un peu mais je me remotive en me disant qu'il y a pire que moi.

voilà

gros bisou

---

**Profil supprimé - 16/04/2015 à 11h28**

Coucou Clochette,

J'ai lu ton fil de discussion bien avant que je crée le mien donc je sais de quoi tu parles. Je te comprends au sujet de grossir comme une femme enceinte... j'ai accouché il y a 2 mois et j'ai consulté une diététicienne car pour ma part la prise de poids est un problème. Bon je pense que si des gens forts me lisaient en me voyant ils le prendraient mal mais bon je n'ai pas toujours été comme cela (+10kg) qui m'a valu le surnom de la grosse au collège... bref je m'écarte du sujet. En effet, je pense que tu devrais consulter un nutritionniste car elle va te guider et peut-être te dire d'arrêter de faire une fixette sur cette prise de poids car c'est psychologique aussi (c'est ce qu'elle m'a dit).

Consulter un csapa, je pense que ça t'aiderait à mettre des choses en place et mettre des mots sur tes maux même si tu les as déjà identifiés. Tu vois pour mon conjoint l'infirmière lui a dit de pas faire un arrêt total direct... lui a décidé de tout arrêter direct résultat il y a des dérapages. Tu sais je me demande si l'interdiction directe et pas un risque de tentation ou pression supplémentaire. Je sais pas si je suis claire en fait je me dis c'est comme quand on veut maigrir on s'interdit tout et du coup on a envie de l'interdire et ça devient une obsession.

Peut-être qu'à l'heure actuelle, la gestion seule fonctionne moins bien simplement parce que tu es fatiguée psychologiquement et physiquement. Tu as un problème de santé même si il y a pire ça te soucis quand même et en plus tu essaies de gérer cette consommation... c'est peut-être beaucoup pour une seule personne non ? Plus le train-train quotidien qui ne s'enfile pas tout comme un manche dans une binette.

---