

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# SEUL FACE A SON ALCOOL...

---

Par **Profil supprimé** Posté le 12/12/2014 à 22h01

Bonjour, cela fait 23 ans que je vis avec une personne dependante de l'alcool. Plusieurs fois cette personne a fait des cures puis a replonger.

Aujourd'hui c'est de nouveau l'enfer. J'ai demandé conseil aupres d'un modérateur, ce dernier m'a dit de prendre du recul, de me proteoeger. je suis tout a fait d'accord ave cela, mais si je le fais , et je l'ai deja fait par le passé, je resent de la culpabilité car il est seul socialment.

De plus ces derniers temps la situation m'inquiete il oublie les choses peut de temps apres qu'elle se soient passées. Par moment lorsque je sort faire des courses, il oublie meme que je suis present et pense que je j'el'ai abandonné.

J'ai peu d'entourage et et laissé de coté tous mes amis pour cette personne. Je tente de faire appel a ses proches mais c'est derniers des qu'il voitent la situation se "sauvent".

Je travaille sur paris et lui vit an normandie du coup je passe tous mes repos chez lui, depuis plus d'un an je vais des aller retour en train et il ne se rend meme pas compte de la fatigue que cela peut me procurer.

Les violence verbales fusent, le chantage ect...

Merci a ceux qui m'aideront.

NOUM

## 3 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 17/12/2014 à 17h28**

Coucou Noun,

De ce que je lis, ta situation n'est vraiment pas facile.

Déjà, c'est un premier pas d'écrire sur ce forum;

Ensuite je te recommande vivement d'appeler le numéro qui s'affiche en bas à gauche de ton écran, les écouteurs sont supers et tu peux les appeler plusieurs fois si tu en ressens le besoin.

Ton compagnon a-t-il des périodes de lucidité pendant lesquelles vous pouvez échanger sereinement?

Lui parles-tu de ta fatigue dont il ne se rend pas compte?

A-t-il toujours un suivi médical où les nouveaux problèmes que tu vois apparaître pourraient être soignés?

Je pense que tu aurais tout à gagner à prendre soin de toi aussi, à avoir des activités qui te permettent de te détendre quel que soit le moment, en semaine ou le week-end;

juste faire le tour du paté de maisons à pied, à ta vitesse, histoire de souffler et de ne penser à rien (pour moi, c'est aller nager une petite demi-heure)

Et pourquoi ne pas proposer à ton ami une activité le week-end? une balade avec une association de randonneurs?

Tu peux aussi essayer d'avoir des activités associatives pour toi, ce qui permet de rencontrer d'autres personnes et se constituer un petit réseau par affinités.

En tous cas, ne reste surtout pas seule dans ta situation.

Et aucune culpabilité; tu le soutiens toute seule depuis longtemps, tu vas t'épuiser à force. Pense à toi.

Bon courage!

Hoplà.

---

**Profil supprimé - 17/12/2014 à 22h43**

Je suis un alcoolique non abstinent

et je suis seul face à ce problème, PAR CHOIS

j'errais envies de te dire que tu ne peux pas aller contre la volonté d'un autre  
si ton proche a envies de ce dézingué la tronche TU N'EST PAS RESPONSABLE.

J'ai moi-même choisi d'être seul

son ton proche veut être seul, TU N'EST PAS RESPONSABLE

tu ne peux pas être au commande du cerveau d'un autre

Je n'ai pas de femme, pas d'ami(e) et j'ai rejeté ma famille.

je ne peux pas comprendre ce que peut vivre le proche d'un alcoolique.

je ne peux qu'imaginer que ce n'est pas simple de voir un proche titubé, raconter des conneries et le voir mourir à petit feu.

tu as que 2 solution :

sois tu le soutien et tu prends patience avec espoir, SANS LE JUGER (car l'alcoolisme et une maladie au même titre que le cancer).

Sois tu prends la poudre d'escampette avec tout ce qu'il est incapable de gérer (patrimoine, enfant, parent ...) non ce n'est pas une trahison c'est mettre à l'abri

rien ne t'empêche de revenir une fois qu'il a décidé de guérir

moi-même ivrogne si ma potentielle femme décide de ce tiré avec les meubles et les gamins. Je serais en mesure de le comprendre.

UN ALCOOLIQUE N'A PAS BESOIN DE PITER

---

**brisée - 02/01/2015 à 19h46**

bonsoir Noun, mon mari est alcoolique, il boit depuis longtemps et cela quelques années que je n'ai plus peur du mot alcoolique. Dans ce forum pour l'entourage, j'y suis depuis peu, et cela fait du bien, donne de la force et du courage. j'ai compris que l'isolement fait trop de mal, même si je n'aime pas parler de ma vie privée, je n'ai pas le choix, pour enfin dire ce que je ressents. Je suis en train de réaliser que l'alcool touche beaucoup de personnes et de familles, c'est un fléau de société, il ne faut pas avoir peur de s'exprimer. C'est épuisant avec les années de supporter tout ce que fait de mal votre compagnon ou compagne avec l'alcool. Moi, je ne partirai pas car j'aime mon mari c'est l'homme sous l'emprise de l'alcool que je déteste car ce n'est pas mon mari celui-là. Avec internet on peut se faire aider car le problème d'alcool dure depuis longtemps (ma belle mère m'en a raconté sur son père qui buvait trop et sa pauvre mère est décédée à même pas 40 ans. Dans le temps, il fallait subir et ne rien dire; les choses ont changé, ce fléau n'est plus tabou, on en parle et il y a des centres pour ça. Bon courage.

---