

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

MON COPAIN BOIS, ET C'EST UNE NOUVELLE RELATION. COMMENT L'AIDER?

Par **Profil supprimé** Posté le 25/12/2016 à 17h35

Bonjour,

Je poste sur le forum, car je suis en couple avec mon copain depuis peu (2 mois environ), et j'ai vite compris qu'il avait un problème avec l'alcool. Mais je l'accepte.

Je l'ai remarqué quand nous avons pris un verre, et qu'il avait pris deux 50cl, et qu'il ne marchait pas très droit en sortant du bar...

Il y'a environ 1 mois, j'avais peu de messages de sa part pendant 2 jours, et j'ai trouvé cela bizarre... je lui ai demandé si il allait bien, il me disait que oui.

Je lui demandais si il y avait un problème avec nous deux, comme la relation est toute nouvelle, il me disait que non (ce qui était bien le cas, vue que le problème c'était l'alcool).

J'ai essayé de l'appeler, et c'est le beau frère de son frère qui m'a téléphoné pour me dire qu'il n'était pas bien, qu'il avait un problème avec l'alcool. Je lui ai donc dit de rassurer mon copain, que je ne le jugeait pas et qu'il ne s'inquiète pas.

Du coup, je suis allée le chercher au travail, car il n'était pas véhiculé pendant les quelques jours où il avait bu.

Ses parents étaient parti une semaine en vacances, et il a craqué en se retrouvant seul chez lui...

Du coup, la semaine dernière pareille, moins de nouvelles, J'ai donc contacté le beau frère de son frère pour savoir si il allait bien (comme il travaille dans une entreprise juste à côté de celle de mon copain), il ne l'avait pas vue depuis quelques jours, et ne s'avait pas si il était bien ou pas. Le beau frère de son frère étant amis avec un collègue de mon copain, lui a demandé si il allait bien, et ça n'était pas le cas. Il avait craqué la veille, était venue travailler, mais il a dormi toute la journée au travail.

Hier, j'ai décidé de rompre le silence, et de lui parler de la situation qu'il vivait, je lui ai dit que j'étais au courant, même si il s'en doutais... je lui ai dit que j'avais parlé avec le beau frère de son frère. Je lui ai donc dit que je s'avais qu'actuellement il n'avait pas le moral, et il m'a répondu de suite qu'il faisait tout pour que ça s'arrange.

Je lui ai demandé si il était suivi, enfin si il avait un traitement, il m'a dit que oui et j'ai vue la première fois que je suis allé chez lui une boîte d'esperal. Médicament que je connais car mon père l'a pris pendant un moment pour arrêter de boire (ce qui a marché !! 😊).

Concernant les raisons de son addiction, il m'a dit qu'il en avait marre de son travail, il gère la société de son frère, travaille avec ses parents tous les jours comme c'est une entreprise familiale, il vie toujours chez ses parents (je pense qu'il ne part pas car il ne se sent pas près à prendre un appartement seul à cause de son alcoolisme).

Du coup, je lui ai dit que j'étais la pour lui, que je ne le jugeait pas, et que je ne le quitterais pas, que ça n'était pas rédhibitoire pour moi.

J'ai envie de l'aider, j'ai quand même des appréhensions comme la relation est nouvelle, mais vue que je l'aime j'espère que les choses s'arrangeront.

Mon copain à 27 ans, j'en ai 25.

Quelqu'un a t'il découvert l'alcoolisme de son conjoint en début de relation ? Comment faire pour l'aider petit à petit, car je ne peux pas lui imposer un changement radical, du style : bon maintenant tu te soigne !

Je sais que je ne suis pas la solution miracle pour qu'il s'en sorte, il faut que sa vienne de lui même bien sûr ! Mais forcément le soutien de l'entourage est important...

Merci pour vos réponses 😊 !

4 RÉPONSES

Profil supprimé - 26/12/2016 à 17h34

Personne n'a vue ce message 😞 ?

Profil supprimé - 26/12/2016 à 19h44

Bonsoir,
Il n'est apparemment pas dans le déni et a déjà du consulter au vu de la boîte de médicament. En essayant de gérer toute seule vous risquez de vous user, aussi l'amener à reconsulter, auprès de personnes spécialisées, me semble être intéressant.
Oui l'entourage est important, bien malgré lui souvent. Je ne le connais pas je ne peux vous dire ce qui marcherait pour lui, mais de façon générale on peut être dire ceci:
Éviter le "flicage", du style les marques sur les bouteilles, les réflexions incessantes. C'est une forme de pression qui donne souvent l'effet inverse que celui recherché.
Formuler les choses en vous disant ce qu'elles vous font, plutôt que comme des vérités absolues: Quand tu as dit ou fait ça après le 4ème verre, j'ai ressenti ça, plutôt que tu bois trop, t'as trop bu...
Protégez-vous. C'est une drogue, lui déjà en souffre, vous n'avez pas à en souffrir aussi. Aimer c'est aussi poser des limites. Et des limites ça peut être comme des petits murs salvateurs pour le consommateur excessif, ça peut faire réagir.

Votre compagnon semble trouver dans l'alcool un petit échappatoire, une grosse aide aussi (pour marcher pas droit le premier jour il a dû un peu stresser et compenser peut-être...). Mais il est déjà dans une consommation qui pose problème, et qu'il ne gère pas. Vous semblez pas mal communiquer, vous pouvez lui parler de votre père, lui dire qu'il est allé dans tel ou tel type de structure, qu'il y a trouvé une aide efficace. Maintenant l'arrêt définitif et total n'est plus vu comme l'unique solution à court et moyen terme, cette idée peut aider à refaire le pas. Il va avoir besoin de vider pas mal de choses, un psy peut aider.

Voilà ce qui me vient à l'esprit, il y a sûrement d'autres pistes, vous même vous pouvez contacter un de ces centres ou des associations comme l'Anpa, pour vous, pour savoir comment se protéger et aider au mieux..

En tout cas merci d'avoir cette ouverture d'esprit, n'oubliez pas de penser aussi à vous 😊
Bonne soirée

Profil supprimé - 30/12/2016 à 20h49

Merci beaucoup pour votre réponse, c'est pas évident de l'aider dans le sens où je ne sais quand cela a commencé, mais ça a l'air assez régulier (hier soir je pense qu'il a encore bu, vu que je n'ai pas de nouvelles aujourd'hui...). Du coup je suis triste pour lui...

Hier soir en partant de chez lui ses parents étaient entrain de boire un apéro... et je n'étais pas contente. Dans le sens où il ne peut pas aller mieux si il y a de la tentation chez lui... mais je peux pas me permettre de le dire à ses parents ça fait trop peu de temps qu'on est ensemble...!

Du coup on devait sortir ce soir, aller au cinéma, mais à la limite je m'en fou du cinéma et de sortir. Juste ce qui me chagrine, c'est que dans ces moments là il se renferme complètement ! Pas de réponse au téléphone, sms très court où il fait comme si de rien n'était. Mais comment l'aider quand il est comme ça 😞 ? Si il se ferme?

Mis à part lui dire que je suis là pour lui... qu'il peut me parler...

La période des fêtes est très compliquée il me semble pour les alcooliques... il y'a beaucoup de tentations... alors je pense que c'est pour ça qu'il boit en ce moment...

Je n'ai pas envie d'utiliser des techniques de manipulations... en lui disant : tu sais quand tu bois, on manque des choses... ce qui est vrai bien sûr. Mais je sais qu'il ne faut pas le faire culpabiliser, mais je veux une relation sérieuse avec lui. Du coup je pourrais pas garder ça éternellement pour moi... parce que c'est la vérité on manque des choses !

J'aimerais être avec lui pour lui redonner le moral dans ses moments là... tout simplement. Je sais qu'il a honte... il ne veut pas "m'embêter avec ça" (ce sont ses termes) parce que j'ai quelques problèmes perso en ce moments. Mais je pense que même sans problèmes perso il ne voudrait pas m'embêter avec ça comme il dit.

Voilà le fait d'écrire fait pas mal de bien à vrai dire...

Profil supprimé - 30/12/2016 à 20h55

Et oui Flo66 je vais également contacter une association il y'en a une à côté de chez moi, je pense aller à une réunion pour les aidants, pour y trouver un accompagnement et de l'aide !

Je ne suis pas défaitiste... 😊