

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

AU SECOURS ...

Par **Profil supprimé** Posté le 01/09/2017 à 06h11

Bonjour
Je suis en couple depuis 5 ans Et mon conjoint est alcoolique. Il buvait quand je l'ai rencontré mais uniquement dans un cadre festif sauf que c'était déjà dans l'excès. Petit à petit sa consommation a augmenté au point qu'aujourd'hui il boit tous les jours ou presque. J'estime sa consommation a presque une bouteille de whisky par jour ! Il a fait deux cures en l'espace de 3 mois et rien n'y a fait. Nous avons réussi à le convaincre car j'ai été contrainte de mettre les pieds dans le plat sa famille connaissait le problème mais ne disait rien. Aujourd'hui je suis à bout ! À bout de jouer à cache cache avec les bouteilles qu'il cache aux quatre coins de la maison. J'ai tout essayé pour qu'il arrête de lui demandé calmement de lui dire que j'étais malheureuse de le menacer de le quitter de le faire culpabiliser rien n'y fait ! J'ai tellement honte de cette situation que dans mon entourage personne n'imagine ma souffrance ni ma famille ni mes amis. Mais je souffre tellement de le voir se détruire Et de m'entraîner avec lui dans cet enfer car pour moi ma vie est un enfer au point qu'il m'est déjà arrivé de me dire qu'en mettant fin à mes jours je serai enfin libérée. Nous n'avons pas d'enfant car pour moi il est inconcevable qu'un enfant puisse également subir cela. Je veux l'aider mais en meme temps je me dis qu'il est temps que je parte. Je n'ai plus la patience de supporter tout ça. Nous nous disputons tous les jours je ne mange plus je ne dors plus je suis à bout de nerfs. Je ne sais plus vers qui me tourner. Il a déjà pris 2 traitements différents mais au bout d'une semaine il arrête. Sa famille a baissé les bras estimant que tant qu'il n'aura pas la volonté de se sortir de la il est inutile de faire quoi que ce soit. Sauf que celle qui subit son alcoolisme c'est moi Et je n'en peux plus. Ils se contentent d'un "bon courage". Nous ne sortons plus, nos amis ne nous invitent plus. Aujourd'hui c'est notre Anniversaire de rencontre Et comme toute jeune fille j'espérais pouvoir le fêter mais je sais déjà qu'il sera entrain de cuver sur son canapé lorsque je rentrerai du travail. Je ne sais plus quoi faire aidez moi je vous en supplie

8 RÉPONSES

Profil supprimé - 02/09/2017 à 22h21

Chère linesay, il me semble que la solution c'est partir. Vous l'aimez certainement mais vous aimez vous, vous même ?

Profil supprimé - 03/09/2017 à 13h03

Bonjour linesay
Je suis dans meme cas que TOi ç Est tellement difficile mon dieu.. nous aussi cinq ans ... de risque progrès mais des rechutes chaque semaine meme quand tout va bien... pourtant therapie medoc etc... sa famille à qui je ne Parle plus car m ont tourné le dos... ç bien plus facile hein!! Et zvec lui adorables a refuser d en Parler de faire semblant etc. Je me sens coincée comme toicar je l aime. J ai un enfant deja d un premier mariage et je repoussé le projet d'enfant zvec lui à cause de ca notamment...les psy et aidants nous diraient : etes vous prete à l accompagner dans la durée car ç est une maladie longue et complexe... et les gens qui n y connaissent rien te diraient: .. Mais casse toi vite... Mais ç pas si simple... j ai la boule au ventre je suis triste désespérée aussi...
Tu as quel âge?

Moderateur - 04/09/2017 à 17h04

Bonjour Linesay,

Vous êtes à bout et, si vous voulez trouver des "solutions", je vous conseillerais en premier lieu de prendre un temps pour vous et du recul.

Pour l'instant vous êtes remontée contre lui, un peu contre sa famille aussi dont vous avez l'impression qu'elle a laissé tomber. Vous vous sentez seule parce que vous n'en parlez pas. Vous avez besoin de renouer le fil avec certaines personnes de votre entourage pour recouvrer de la force.

Je vous conseillerais de prendre rendez-vous pour vous auprès d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA). Vous pourrez y déballer votre ras-le-bol et avoir, à travers plusieurs rendez-vous, un temps pour vous pour faire le point et être conseillée. Si vous tenez le coup auprès de lui, en recouvrant de l'énergie et avec l'appui des professionnels du CSAPA vous pourrez essayer de nouvelles choses pour tenter de le faire changer. Il est aussi important que les professionnels puissent vous aider à décrypter sa situation, ses difficultés à arrêter. Cela vous aidera à changer de regard sur la solution et retrouver sans doute un peu d'espoir.

S'il est vrai que si lui seul peut s'attaquer à son alcoolisme - ce qu'il a commencé à faire d'ailleurs - vous pouvez, si vous êtes bien conseillée, avoir un rôle à jouer pour créer des conditions peut-être plus favorables au changement et à la réussite de son sevrage.

Les consultations en CSAPA sont gratuites et vous trouverez le CSAPA le plus proche dans notre rubrique adresses utiles (<http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>) ou en appelant notre ligne d'écoute au 0 980 980 930 (8h-2h tous les jours, appel non surtaxé).

Nous restons à votre disposition pour en parler.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 04/09/2017 à 22h29

Bonjour maya2020,

J'ai 33 ans et lui bientôt 36

J'ai eu une discussion avec lui vendredi mais j'ai senti eu téléphone qu'il avait déjà commencé à boire. Il m'a dit qu'il savait qu'il faisait souffrir son entourage mais à quand même bu. En rentrant du travail il était très alcoolisé. J'ai vraiment l'impression qu'il ne s'en sortira jamais. Il me dit être conscient de sa maladie mais en même temps ne sait pas vraiment pourquoi il boit "c'est plus fort que lui" il essaye de se justifier en disant qu'il n'aime pas son travail et que boit pour se motiver à aller au travail. Il est alcoolisé même au travail mais comme c'est le fils du patron on ne lui dit rien.. son pere n'a pas le courage de lui dire quoi que ce soit. À croire que sa famille a peur de lui ou de ses réactions.

Finalement c'est facile pour eux ils voient qu'il a bu et son tranquillement chez eux celle qui subit l'alcoolisme c'est moi.

J'ai l'impression de passer à cote de ma vie : on ne sort pas car j'ai honte de sortir en public avec lui les gens se rendront vite compte qu'il n'est pas dans son état normal. Nos amis nous évitent parce qu'il est lourd quand il boit etc... tout le monde pense que nous sommes heureux mais c'est tout le contraire ça devient insupportable

Alors oui partir serait facile mais tirer un trait sur 5 ans n'est pas si facile. Je patiente en espérant qu'il change mais plus le temps passe moins j'y crois

J'ai pensé à voir un psy pour être aidée et j'ai pensé à raconter mon histoire sur les forums dans l'espoir de parler à quelqu'un qui me comprenne.

Car aujourd'hui je dois avouer que l'accumulation et la colère que j'ai en moi contre cet engrenage dans lequel il est tombé font que je réagis très mal : je cris je l'insulte même j'ai été jusqu'à lui couper sa carte bleue pour qu'il n'achète plus d'alcool ce qui n'est pas du tout dans ma nature

Mais je suis à bout je n'ai plus de solution

Sa famille en vient à me dire "pars ça lui fera peut un électrochoc" mais eux sont incapable de le prendre entre 4 yeux et de lui dire les choses en face

Je n'ai plus de solutions

Profil supprimé - 05/09/2017 à 11h17

Que je te comprends à mille pour cent... j'en ai eu des soirées Avec la boule au ventre à le voir complétement soûl et ridicule

Au travail aussi car on travaille ensemble. La famille ç La même chose ils m'ont même dit que ç était moi le pb que j'osais le mettre dehors le pauvre... bon auj il est en sevrage il prend des médicaments et ne boit que en cas de rechute seul et Avec bq de honte et culpabilité. Il est donc conscient de sa maladie. MOi aussi je le menace de le quitter à chaque dérapage et je remets en questions tous les mois nos projets. Il se rattrape à chaque fois en faisant plein de choses Super à la maison et ç adorable Mais ça compense pas. Je l'insulte aussi je te rassure... j'ai tellement tôt essayé déjà... l'empathie l'écoute le pardon Mais la vérité ç Est Qu'il y a que les situations de menace où il est seul face à lui même qui le font avancer ! Il a perdu bq de copains aussi . Mais moi non plus je pars ps je crois que j'ai besoin de lui aussi et pas ce courage La de me retrouver seule ? Je vois un Super psy depuis qq mois et ça m'aide à dire NON y compris avec lui ! Et je culpabilise de moins en moins ! Ce qui me retient ce sont ses progrès même si je sais au fond de moi que ça ne changera pas. Son mal-être je veux dire. Il aura tjrs envie de boire . À vie je pense. Juste il arrive parfois à surmonter et fuir ces pulsions selon le contexte : famille amis récompenses etc la il tient. En vacances par ex y'a pas de pb ! Il est jamais seul il s'amuse il est zen. Mais au travail des Qu'il est seul ç la cata... et MOi je tolère plus de le voir comme ça donc je le mets dehors et j'assume. Il se paie hôtel où il va où il veut je veux plus savoir. Bien sûr je pleure toute la nuit Mais ç Est moins pire... je peux te donner mon mail si tu veux? Ce sera plus rapide pour se soutenir?

Je suis rassurée de voir qu'on est nombreux dans ce cas là. Je leur jette ps La pierre car on sait qu'ils souffrent bq et ne font ps exprès Mais notre douleur est un calvaire aussi. Et cette solitude aussi car personne ne peut rien y faire autour de nous. Toutes mes meilleures amies sont impuissantes et ne réagissent presque plus quand je les appelle en détresse... Mais je ne leur en veux pas. La solution est uniquement en chacune de nous...

eux ce n'est ps sur qu'ils puissent y arriver il faut en être conscient... Mais nous on peut changer notre façon de le vivre à leurs côtés ou Sans eux ...

bises et courage...

Profil supprimé - 05/09/2017 à 19h54

Bonjour maya

Ton message me remonte le moral je me sens si seule parce que je ne parle de ma situation avec personne

Aujourd'hui encore je suis rentrée du travail et il avait encore bu : dispute insultes reproches et on fini par ne plus se parler. Depuis 2 jours ça allait j'avais caché sa carte bleue pour ne pas qu'il s'en serve mais visiblement il a trouvé un autre moyen de boire. Je suis tellement en colère

Il a un traitement mais ne le prend pas.

Je veux bien que l'on échange par mail ça me fait tellement chaud au cœur de pouvoir parler de tout ça tout en gardant l'anonymat car j'ai vraiment honte de subir cette vie et de ne pas être capable de m'en sortir

Moi aussi j'ai déjà quitté la maison plusieurs jours et j'ai fini par revenir ça a tenu quelques jours et plus rien

Il n'aime pas son travail et des qu'il doit y aller il boit sûrement pour se donner du courage

Je n'ai pas de projets avec lui non plus Et du coup ma vie stagne depuis des années

J'ai aussi de belles paroles des excuses des regrets parfois des larmes mais deux jours plus tard tout est oublié

Je ne sais plus comment m'en sortir mais en parler me fait déjà du bien

Profil supprimé - 06/09/2017 à 10h31

À chaque fois que mon copain a changé ou à passe des caps ç Est suite à un changement de MA part. Quand je disais stop. Que je suis partie ou l ai mis dehors car je protège mon enfant ce n est pas à nous de partir. Qu il m en a bq voulu il me culpabilisait mais je tenais bon et La il en parlait autour de lui et réalisait que quand même les gens me soutenaient moi. Ce qui a aussi bq aider ç Est le regarde des autres. Pas que le mien. La ton copain est préservé tant que tu ne dis rien . Il ne le fait pas consciemment il est malade Mais le résultat ç Est le meme : ç Est du chantage. Je t assure que les seuls déclics ne peuvent être déclenchés que par des prises de conscience un peu violente mais ç Est épuisant pour nous... ce rôle qu ils nous donnent et qu on accepte insidieusement aussi ... on a notre part de responsabilité... je l ai compris en therapie. Meme si il n y a aucun jugement car tout le monde souffre dans ces situations...

donc si tu le peux laisse le de côté qq temps

Si tu changes il changeras

Donne moi un mail sur lequel te joindre si tu veux.

Je ne sais ps comment faire je vais aller voir ton profil

Tant que tu ne feras rien TOi il ne fera rien lui je crains... et ç est assez désespérant mais ç est réel.

Au debut il prenait meme de La drogue sans limite alcool bien sûr surtout le sOir

Puis à stoppe au bout de qq mois un truc puis un autre puis hop bière puis un peu de vin etc. Avec des retours en arrière ca ç Est dir car je tombe de haut à chaque fois... je crois naïvement qu il est guéri mais non... et je le prends pour MOi je le sens trahie

Je haie les promesses non tenues les mensonges

Je ne suis pas étonné qu il ait trouvé un autre moyen pour payer...

le lieu etaut que tu le laisses un long moment seul

MOi il a eu accident j y suis pas allée j ai été mauvaise volontairement qubil de retrouve seul face à ses erreurs aux conséquences tu vois...

J espérais que ses amis et famille fassent pareil mais certains ont eu pitié ...

Tant que tu le couvres il ne peut ps changer

Je te dis tout ca dans l éventualité que tu décides de rester avec lui car le quitter serait trop dur encore plus dur

Ce que Trop peu de gens peuvent comprendre... MOi OUi je peu Meme si rationnellement c'est peu compréhensible... Mais ç comme ça... on fait comme on peut...

laisse le détester se détester être seul face à lui meme

MOi je il se réfugierait derrière : j ai ps d argent pour hotel je dors dans ma voiture à cause de TOi

J ai personne tu oses me laisser.

Ce sera pire seul tu verras

Ben au bout d un moment j ai eu un etre de force et j ai dit : ç TON pb j ai plus rien à prouver je me protège

Au debut il le PRend tres mal il te pourrit

Mais faut tenir

Si il veut s en sortir il doit passer par phases seul face à lui meme axe à ses demons tu vois

Meme si tu risques de flipper aussi de pleurer Mais ca marche ca peut quoi

Quand tu seras prete pense y

Y'a ps d urgence

Ou alors PRend qq jours de repos ou en maladie un peu seule un peu loin

Apprend à t aimer TOi seule à te connaître

MOi suis tombée enceinte et de venir avorter m a déclenché une haine contre lui qui m à aidée à avancer à poser les limites avec lui

J ai réalisé que je devais m infliger ça à cause de lui et donc que j avais assez souffert La ca allait bien quoi hein

Parfois faut aussi que nous on touche le fond pour dire stop je le reconnais

Je veux bien l avis des écoutants sur les conseils à linesay car je peux me tromper aussi

Puis ça dépend des personnalités et vécus des malades

Mon copain a un enfant et à envie de donner une bonne image donc ca l aide aussi

Puis il a changé de grade au travail il est enfin reconnu ca le motive bq

Il a tellement une image de lui médiocre

Je me bas pour défaire ca. Enfin bq bq au debut

Auj j ai bq moins de patience et quand il rechute je fais ce qu il ne faut pas : le dénigrer car je ne peux plus faire autre chose que de laisser sortir ma colere ma déception

On fait nous aussi comme on peut

Je suis la pour Parler si besoin

Anonymement pas de pb

Bises

Maya

Moderateur - 12/09/2017 à 13h34

Bonjour Maya, bonjour Lindsay,

@Maya : Lindsay a proposé son e-mail dans une contribution que j'ai été amenée à refuser.

@Lindsay : nos forums sont anonymes et nous ne permettons pas l'échange de mails. Comme l'a fait Maya dans son précédent message je vous invite à continuer la conversation anonymement ici. Si vous avez des questions je reste à votre disposition.

Cordialement,

le modérateur.
