

CONTACT ETABLI

Par **Profil supprimé** Posté le 22/10/2017 à 21h36

Bonjour,
mon conjoint est alcoolique, il en est conscient mais ne pensait pas que cela posait de problèmes car pour lui l'alcool (le rosé généralement) est un plaisir, un moment de convivialité.....
2 ou 3 fois dans l'année 2017, il a eu un comportement à risque et il s'est blessé en perdant l'équilibre.... Il s'est retrouvé humilié devant des amis : chute dans les w.c. avec l'impossibilité de se relever et nécessité de se faire aider alors qu'il était dévêtu..... ou qu'il avait uriné dans son pantalon.....

Hier, à nouveau 2 chutes dont une avec fracture du nez.... Il n'a pas voulu aller à l'hôpital, par contre il a réalisé qu'il devenait "trop c...n" (de ses propres mots....
Moi-même, j'étais tellement détruite par son comportement qu'une fois qu'il a été couché j'ai appelé "Alcool Info Service".

La personne qui a décroché m'a été d'un grand secours. Elle m'a permis de mettre des mots sur mon désarroi et j'ai pu ainsi réfléchir et me poser les bonnes questions.

Et cet après midi, j'ai pu enfin lui dire ma souffrance de le voir s'abîmer, lui, l'homme que j'aime, l'homme fort. J'ai pu, sans rien lui reprocher, lui dire que s'il tirait trop sur l'élastique, notre couple, notre vie, notre amour ne pourrait plus exister.... J'ai su lui dire que j'étais prête à l'aider mais que c'était à lui de me dire s'il voulait être aidé.
J'ai su l'écouter sans le juger mais avec toute la compréhension que je pouvais avoir.
Et ensemble nous avons pu établir un schéma pour l'aider à diminuer sa consommation et surtout l'aider à arrêter après 5 ou 6 verres (seuil qu'il considère dangereux pour lui et ceux qu'ils aiment)

En effet quand nous sommes tous les 2, "il boit trop en effet et il le sait; mais il sait s'arrêter.... Son principal problème avec l'alcool arrive quand il passe un moment convivial. Là, il ne sait plus s'arrêter et une fois le seuil dépasser il ne se contrôle plus"..... ce sont ses propres mots....
J'ai une autre vision : je pense qu'il est dépendant et que 11 heures sonnées il a besoin de son(ses) verre....
Mais bon, nous avons déjà fait un pas.....
Alors, pas à pas, j'espère que nous arriverons à surmonter les difficultés.....

Je voulais, remercier tous les "fils" que j'ai pu lire cette nuit et qui m'ont guidée vers une discussion avec lui plus sereine

Bon courage à nous tous, accompagnants d'une personne alcoolique.....

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 23/10/2017 à 15h54

Bonjour,

Je voulais vous féliciter pour avoir osé et su lui parler, ces premiers pas sont essentiels.

Je voulais aussi vous donner mon idée la dessus:

En effet quand nous sommes tous les 2, "il boit trop en effet et il le sait; mais il sait s'arrêter.... Son principal problème avec l'alcool arrive quand il passe un moment convivial. Là, il ne sait plus s'arrêter et une fois le seuil dépasser il ne se contrôle plus"..... ce sont ses propres mots....
J'ai une autre vision : je pense qu'il est dépendant et que 11 heures sonnées il a besoin de son(ses) verre.....

Ces 2 visions ne sont pas incompatibles 😊. Dependamment il l'est si sa conso est journalière, comme 100% des personnes qui consomment un psychotrope régulièrement. Sans présence d'alcool il ressentira un manque.

Puis il y a ses consos lorsqu'il y a du monde. L'alcool est un puissant anxiolytique.
Peut être que dans ces cas il atteint son "seuil" plus vite, les verres s'enchaînent plus rapidement. Les effets de l'alcool (et/ou un comportement addictif) aidant le contrôle devient impossible ou très, très difficile.

Si il pouvait définir la différence qu'il ressent en lui entre les moments en tête à tête et les moments conviviaux, peut être dirait il que c'est une forme d'anxiété, de stress "positif" ou négatif..

Courage pour tous les autres pas à venir, je vous souhaite qu'ils soient nombreux 😊

Profil supprimé - 23/10/2017 à 22h31

Merci Flo66 de prendre la peine de me répondre et de me donner vos conseils et vos encouragements.

Ce soir je rentre des urgences....suite à la chute de samedi, il a fait une hémorragie nasale. Rien de très grave, mais grosse inquiétude. Une "chance" peut-être, car il prend conscience qu'il va trop loin.... Qu'il doit se protéger, réfléchir à sa situation et prendre une décision.....

Pour moi, ce n'est pas trop brillant car j'ai été dans un état de stress tout le week-end; mais ce passage est nécessaire et je suis consciente que d'autres caps seront à passer encore plus difficiles....

Alors je compte un peu sur vous pour me soutenir les jours où je flancherai. Je sais que de lire vos témoignages m'aideront et m'insuffleront de la force et de la patience.

encore merci

et bon courage à tous les accompagnants.....
