

MA CONSOMMATION VIS À VIS DE L'ALCOOLIQUE

Par **Profil supprimé** Posté le 18/03/2018 à 17h05

Bonjour,
Alors je m'explique un peu, j'ai 20 ans, ma copine est alcoolique (elle à 24 ans).
On va pas se mentir, l'alcool occupe une énorme place sociale pour notre tranche d'âge.
Seulement voilà, je ne suis pas sûre de faire ce qu'il faut. Je sors parfois voir des amis (amis en commun mais qu'elle voit beaucoup moins depuis qu'elle a arrêté de boire...), et je bois systématiquement.
Ça ne lui plaît pas, évidemment. Je ne sais pas si je dois couper toute consommation, ou si je n'ai pas à le faire. Je suis un peu perdue. Je sais qu'elle aimerait que je ne sorte pas (je ne la laisse pas seule à la maison pour sortir, généralement c'est qu'elle travaille ou qu'elle va chez sa mère mais du coup si je sors pas je reste toute seule le samedi..).
Je ne sais pas si c'est à moi de comprendre et de pousser jusqu'à ne plus consommer ou si c'est à elle d'accepter que je puisse boire car je ne suis pas elle...
Ça créé énormément de disputes où je lui dis que je vais faire plus attention mais au moment venu lorsque je sors boire un verre il en appelle un autre et ainsi de suite et je m'amuse avec mes amis convaincue qu'elle m'empêche de vivre comme je l'entends. Et puis le lendemain je regrette, je me mets à sa place et je me trouve degueulasse vis-à-vis d'elle, je la comprends.

Je ne sais pas ce que je dois faire en fait.
On s'est séparées plusieurs fois à cause de son alcoolisme, on a réussi à remonter la pente mais voilà,

J'ai peur de la suite, si elle ne tolère pas ça et que je ne bois plus de mon côté pour elle, j'ai peur d'étouffer, de me sentir prisonnière. Mais je la comprends aussi...

11 RÉPONSES

Olivier 54150 - 23/03/2018 à 14h08

C'est une belle histoire, mais sérieux, pensez vous vraiment que ne pas boire est un handicap ? En toute logique, si vous ne pouvez pas vous en passer, c'est que vous êtes dépendante hein !
Vous savez, on vie très bien sans alcool, et c'est ça que vous devriez montrer à votre amies.
Si vous pensez que s'amuser = alcool, il faut se poser des questions sur la définition du plaisir, car l'alcool n'est pas un plaisir comme un autre, c'est un psychotrope, une drogue...
oliv

Profil supprimé - 23/03/2018 à 15h22

Bonjour Olivier,

Je ne pense pas que ne pas boire est un handicap je pense juste que ça peut me frustrer qu'on me l'impose alors que je n'ai pas d'addiction de mon côté.. elle transpose son addiction sur moi. Est-ce réellement l'aider que de ne pas boire ? Il faut bien qu'elle accepte que les gens autour d'elle puissent boire, elle est jeune et l'alcool tourne partout évidemment.

J'avais juste peur d'être frustrée et de me sentir enfermée dans son addiction à elle.
Entre temps j'ai réfléchi et je suis assez ambivalente dans mon ressenti, d'un côté je peux me passer de boire pour être mieux avec elle, d'un autre côté je n'ai pas à le faire et c'est aussi à elle d'accepter les choses.
En attendant j'ai arrêté dans le sens où ça me rendait pas meilleure de boire et où le plaisir n'était pas plus intense que ma relation. J'ai fait un choix, mais avais-je à le faire ?

Olivier 54150 - 23/03/2018 à 18h24

Arrêter de boire n'est pas une chose facile, vraiment, et oui, je pense que ça peu être sympas les premier mois de s'abstenir de boire devant elle. Elle n'en pourra que vous en remercier.
N'oubliez pas de la féliciter, elle et vous aussi pour votre patience.

Profil supprimé - 24/03/2018 à 23h11

Bonsoir à tous ça fait un moment que je lis toutes ces conversations et je me présente enfin.
Un grand merci à Alliot et Olivier qui repondent sans relâche!
Un coucou à Chloé liliaddict pour qui J'ai suivi l'évolution et à qui je dis chapeau!!
Un coucou aussi à anupoilu qui juste par son pseudo relâché un peu la gravité!
J'ai 37 ans et suis une femme. J'ai eu une petite fille qui va bientôt avoir 2 ans, ma grossesse s'est passé nickel jusqu'au jour de ma

césarienne ou j'ai demandé à mon conjoint d'apporter une bière à la mater pour fêter la naissance de notre enfant... depuis c'est n'importe quoi... en tout cas quand bebe dort...

Tous les soirs c'est petite apéro, on mange "avec une bonne bouteille " et puis et puis.....

C'est sympa sur le moment! On discute on échange mais ça finit souvent mal... engueulade et ça je ne m'en souviens pas...

Projets suivis engueulades insensées. ...

Enfin voilà j'ai bu ce soir tranquille ce poison qui pourtant me détend aussi comme beaucoup et qui me bouffe!

Bonne soirée

Profil supprimé - 25/03/2018 à 07h06

Bonjour, ta compagne est en souffrance. Je n'ai pas bien saisi si elle est en sevrage ou si elle a le,désir d'arrêter de boire. Ou dans l'abstinence. Dans tous les cas elle fait le bon choix de s'en sortir. Et c'est très dur. Peu de personnes y arrivent . L'alcool est partout . Il faut la protéger. J'appelle l'alcool : ce délicieux poison. Pour quelqu' un de non alcoolique , boire ou pas n'est pas un problème. Donc ils ne comprennent pas le combat. Pour lutter contre cette maladie ,car s'en est une, il faut enterrer la hache de guerre. L'alcool gagne toujours. Je dit combat mais justement il semblerait qu'il faut arrêter de se battre. Revenons à nos moutons, tu te poses des questions quand à ton attitude vis à vis de la maladie. De ta consommation. Tu as le droit de consommer si pour toi ce n'est pas un problème. Mais devant elle ,ce n'est pas trop indiqué. Un jour viendra je le,souhaite, une indifférence vis à vis des autres consommateurs, et de la présence où non du produit. Un fumeur qui arrête la cigarette, vas tu fumer devant lui. Vas tu prendre du plaisir devant quelqu' un qui ne peut ou ne veut pas en prendre également pour des raisons de,santé. Protèges ton amie , et amuses toi avec descence, tu as le,droit de vivre. Elle c'est une,question de survie. Bon dimanche, bonne journée, bon courage !

Profil supprimé - 27/03/2018 à 10h54

Je lit souvent tout les témoignages et bien sur,les réponses, je souhaiterai répondre à Olivier qui est très présent et c'est très bien, par contre, vs dites souvent la même chose, on dirait que vs avez oublié que vs avez eu un problème avec l'alcool, quand vous répondez, avec vous, moi je me sens agressée et jugée, ce qui n'aide absolument pas!OUI, on le sais que l'on vit très bien sans alcool, pour l'avoir vécu!!!Seulement aujourd'hui, j'ai plongé dans cet engrenage, alors dire aujourd'hui, on vit très bien sans alcool, ça je sais, mais je ne pense pas que ce soit une phrase miracle non plus, sinon, on serais tous guéris.Bonne journée.

PS: 'est une belle histoire, mais sérieux, pensez vous vraiment que ne pas boire est un handicap ? En toute logique, si vous ne pouvez pas vous en passer, c'est que vous êtes dépendante hein !

Cette phrase écrite par vous, pour moi, c'est un jugement et croyez moi, ça aide pas du tout!

Olivier 54150 - 27/03/2018 à 13h26

Bonjour et pardon Cindy.

Si j'avais oublié les difficultés à se sortir de cette prison qu'est l'alcool, je ne viendrais pas sur ce site.

Si j'avais oublié l'enfer de l'alcool, j'aurais certainement replongé.

Si j'avais oublié le désespoir de la dépendance, je n'aurais pas autant de peine pour les alcooliques qui consomme encore, et c'est cette même peine qui peut quelque fois me faire dire des mots un peu durs.

S'il y avait des solutions ou des phrases miracles, cela ce saurais et il n'y aurait pas 50 000 morts par ans à cause de ce poison.

Je me souviens très bien, que la grande difficulté pour moi était de penser que je ne pouvais pas vivre sans alcool, tant le conditionnement et les manipulations pour nous faire consommé et ancré dans la société. Les premières années pour moi était vraiment difficile justement à cause de cette soi-disant normalité à boire. Les lobbies de l'alcool voudrais nous faire croire qu'on ne peut pas vivre sans alcool, c'est le terroir, la convivialité, la gastronomie, les traditions, le savoir vivre. C'est bien leurs langage qui nous conditionne le cerveau ! Alors oui, cette petite phrase « On vie très bien sans alcool » peut paraitre assassine voir hors de propos. Mais le savoir et en prendre conscience est très libérateur.

Loin de moi l'idée de blesser et encore moins de juger. Je ne suis pas ici pour faire mumuse ou passer le temps. Je tante juste de partager mon expérience et dire que c'est possible, peut-être aider un peu, et surtout ne pas oublier.

Mille pardons Cindy, et merci pour cette petite pique de rappel.

Oliv.

Profil supprimé - 27/03/2018 à 16h55

Bonjour à tous,

Et merci pour vos réponses.

Oui Ant il est évident que je ne consomme pas devant elle. Mais le simple fait que je puisse sortir et boire un coup avec des potes la dérange.. je pense qu'elle n'accepte pas que tous les gens de notre « bande » puissent le faire et pas elle. Alors elle compte sur moi pour être de « son côté » j'imagine....

C'est pas facile pour elle je le conçois mais la place du proche ne l'est pas non plus. Du coup je me sens parfois un peu coincée dans une addiction qui n'est pas la mienne. Depuis que j'ai écrit mon premier post je n'ai jamais rebu, pour elle (puis pour moi ça fait pas de mal même niveau hygiène de vie et sommeil aha) 😊 !

Et en ce qui concerne sa consommation pardon, je n'ai pas été très claire, sa dernière cure avait bien fonctionnée. Elle n'a plus l'envie de boire seule. Les événements par contre c'est autre chose. Du coup elle a reconsumé au nouvel an, et aux anniversaires depuis. Mais elle s'est tenue au reste, et n'a pas replongé dedans par la suite.

Merci Cindy, c'est vrai que la phrase d'Olivier relevée à la fin de ton message m'avait un peu froissée.. je ne suis pas ici pour me poser des questions sur ma dépendance mais pour parler de ma liberté au cœur de l'addiction de quelqu'un d'autre.

Il ne s'agit pas d'un handicap que de ne pas boire, je me demande simplement si j'ai à le faire, ou si j'ai à lui faire accepter l'idée que certains puissent boire et moi y compris quand d'autres ne le peuvent pas...

Olivier 54150 - 27/03/2018 à 19h39

Pardon El2k18, pour ce soupçon d'intolérance de ma part. Quelque fois, j'avoue, je m'emballe un peu et je suis désolé de t'avoir froissé. Ceci dit, c'est quand même bien au début d'éviter de tenter la personne qui veut s'en sortir. Au début, car de toute façon l'alcool est partout et nous y sommes confrontés chaque jour, abstinents ou pas.

J'ai connu ce sentiment d'injustice de ne pas pouvoir boire, longtemps après ma cure, puis j'ai pris conscience que c'est plutôt une chance. L'alcool fait tellement de dégâts.

Je comprends ton dilemme et celui de ton amie.

Choisir entre son affirmation et l'approbation de l'autre, entre l'amour et l'alcool, cela peut être très difficile. Et oui, je trouve un peu dur de privé quelqu'un d'alcool qui n'a pas de problème avec, car bizarrement, cela devient un problème.

J'espère que vous allez trouver un « compromis » comme on dit. La tolérance réciproque reste la clef.

Ensuite, il faut savoir que pour un alcoolique comme moi et beaucoup d'autres, l'alcool, c'est comme l'héroïne, donc c'est un peu « normal » qu'elle ne relativise pas comme toi, et ça, tu peux peut-être lui expliquer.

Je dis tout ça, sans sou entendus.

Encore pardon, sincèrement. Oliv

Profil supprimé - 28/03/2018 à 00h07

Oui c'est dur et je ne pensais pas un jour faire partie d'un fil de discussion à ce sujet. L'alcool a toujours fait partie de ma vie et même pire que celle de mes parents où l'alcool leur a permis de danser, de rencontrer des gens.

A l'heure d'aujourd'hui j'entends régulièrement que des gens de mon âge (37) n'ont pas géré une soirée et ne se sont pas gérés eux-mêmes et ont pourri la soirée à eux-mêmes et à d'autres alors qu'ils ont un enfant.

Une envie irrésistible de se bourrer la gueule le week-end alors qu'on en arrive à nos 40 ans.

Manque de maturité? Je me conforte là-dedans mais en approfondissant toujours à la recherche d'une défonce joyeuse qui n'existe plus.

C'est toujours un constat consternant quand le mal est fait, le petit oiseau jaune est gris et ne vole plus.

Olivier 54150 - 29/03/2018 à 13h04

Flo77

Tu as bien fait de venir sur ce site, il ne faut pas rester seul avec ces problèmes.

Tu y trouveras de super conseils, du soutien et les modérateurs sont d'un professionnalisme incomparable et très accessibles.

Un autre forum existe très différents et très complémentaires à celui-ci qui se nomme

« De l'ombre à la lumière » très conviviale aussi.

<http://aa-ombrealalumiere.1fr1.net/>

N'hésite pas.

Tu peux aussi voir mon petit site où j'ai rassemblé plein d'infos sur le sujet.

<http://olivierm54.wixsite.com/communications/news-and-events>

Dans tout les cas, ne reste pas seul.

A bientôt.

Oliv
