© Drogues Info Service - 15 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Séparation

Par Profil supprimé Postée le 02/07/2018 00:22

Bonsoir, voilà bientôt 3 ans que j'étais en couple, j'en ai 31 et il en a 43.
Après avoir été patiente, tolérante, après avoir pardonnée l'impardonnable.. des paroles qui dépassaient l'entendement..les insultes, le harcèlement par sms, des vacances gâchées, un appart ou le bordel est permanent.. et SA PARANO quasi quotidienne..
Nous nous sommes séparés..
Il boit 6 a 7 bières fortes par jours, il y a des jours ou il boit même 1 bouteille de vodka, rhum ou wishky plus des bières en 2 jours, il a quitté son travail il y a maintenant 6 mois..
Dimanche dernier, il m'a quittée, par sms, comme beaucoup de fois... Sauf que la, j'ai dis ok.. Et je ne suis pas revenue sur la décision prise..
Voilà 1 semaine que nous sommes séparés et je tiens bon, j'ai décidé de ne pas partir en vacances avec lui et son fils cet été (bien que j'adore son fils) le seul problème, l'alcool et tout le comportement que cela engendre.. J'avais déjà menacée de le quitter, mais en vain.. Je suis toujours revenue.. Mais cette fois ci j'ai tenue bon ! Rester avec, ce serait me desservir et le desservir aussi...
Il m'a annoncé, voyant que je ne fléchirait pas, qu'il allait s'arrêter de boire demain précisément, sans aide... Seul..
J'ai tant entendu tant de fois ce discours que mm si je voudrais y croire... Je préfère me dire qu'il ne le fera pas, comme les autres fois....c'est une façon de me protéger afin de pouvoir avancer et penser a moi !
Je me suis mis au sport, ça m'aide a me renforcer mentalement et a ne pas craquer en retournant avec... Je vous tiendrais au courant de la situation..
Évidemment je lui ai souhaiter bon courage pour son sevrage, sans lui laisser aucun espoir de retour avec moi.. Ce serait trop facile... Mm si intérieurement je sais que je lui laisserais une dernière chance... Mais sans alcool, sans plus jamais d'alcool..
Il faut savoir que la manipulation et la culpabilité font bien souvent partie intégrante de l'alcoolisme chronique chez un homme.
Laisser des chances c'est repousser une situation que l'on ne veut plus, il faut laisser la personne seul.. Seul, face a son alcoolisme, afin qu'il se rende compte du mal qu'il se fait et qu'il fait a son entourage...
J'espère qu'il y arrivera, et tiendra bon !
Quelqu'un aurait eue un retour positif après une séparation avec un conjoint alcoolique ?

Mise en ligne le 04/07/2018

Bonjour,

Vous témoignez des difficultés auxquelles vous avez été confrontée dans le cadre de consommations d'alcool régulières et excessives de votre compagnon.

Le comportement qu'il a pu manifester à votre égard et des promesses non tenues de sa part de s'engager dans un processus de soin, ont engendré de multiples séparations temporaires.

Vous nous expliquez prendre le chemin d'une séparation définitive qui l'a amené à vous dire qu'il allait se sevrer par lui-même.

Pour information, chez une personne alcoolo-dépendante il est fortement déconseillé d'entamer un sevrage sans suivi médical car cela peut engendrer des risques importants pour la santé dans les phases de manque.

Vous pouvez retrouver ces informations dans un lien que nous vous mettons en fin de message sur "le sevrage".

Nous comprenons bien que vous essayez de vous protéger comme vous le pouvez dans cette situation par une prise de distance et en faisant du sport pour baisser votre tension émotionnelle.

Vu votre demande de témoignage d'autres personnes ayant traversé une situation similaire à la votre, nous pensons que vous cherchiez peut-être à poster votre question dans la rubrique "forum" de notre site, nous vous mettons le lien en fin de message.

Si vous souhaitez échanger davantage au sujet de votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants.

Nous sommes accessibles tous les jours par téléphone au 0980 980 980 (appel anonyme et non surtaxé) de 8h à 2h du matin ou par tchat à partir de notre site Alcool Info Service de 14h à Minuit.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- L'alcool et vos proches
- Forums Alcool info service