

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

L'ALCOOL ET L'AMOUR

Par **Profil supprimé** Posté le 25/08/2018 à 12h55

Bonjour à tous , j'espère pouvoir trouver une aide ici !

Mon conjoint est un homme perdu depuis 1 ans son fils à été incarcéré et peut de temps après j'ai donner naissance à notre fils

A nous 2 nous avons 5 garçons et aujourd'hui j'ai peur de vivre à côtés d'un homme qui trouve toute les raisons pour boire .

Depuis un moment je dors très peu, 3 à 4 heures par nuit je m'occupe de notre fils de 10 mois et j'accumule les tâches ménagère, et voilà que l'heure de l'apéro sonne et il fait la bringue la nuit cette nuit à 3h c'était du rock acdc à fond ... bébé et réveillé moi aussi et les voisins j'espère pas

Bref mon conjoint boit et malgré que j'ai menacé de le quitter rien ne change c'est des promesses en l'air pour lui mais moi je suis fatigué de me journée fatigué de vivre dans la peur de me faire frapper au milieu de la nuit .

J'achète pas d'alcool mais si il on veut il trouve toujours il peut acheter de la bière au supermarché et retourné à minuit au kebab pour en racheter 20 euros 6 bières idéal pour nourrir les enfants à la fin du mois

Bref aidez moi je suis à bout

5 RÉPONSES

Moderateur - 30/08/2018 à 16h07

Bonjour Jessy,

Vous avez le nez dans le guidon et votre compagnon ne vous mène pas la vie tendre, c'est le moins qu'on puisse dire. Je crois que vous ne pourrez pas tout gérer de front et sans doute avez vous en premier lieu à vous occuper de votre enfant/vos enfants et de vous-même. D'autant plus que si vous êtes épuisée vous ne pourrez de toute façon pas l'aider.

Quelles sont les ressources que vous avez autour de vous pour en parler et vous faire soutenir ? Pouvez-vous aller dans votre famille, chez des amis ? Ceux-ci peuvent-ils vous aider d'une manière ou d'une autre ainsi que certains de vos fils ou beaux-fils ?

Il est important que vous ne restiez pas seule à porter ces problèmes ou à devoir faire face. Ne cherchez pas à contrôler votre conjoint mais plus à vous occuper de vous.

Vous pouvez être soutenue et conseillée par les professionnels d'un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Les consultations sont gratuites et vous pourrez raconter ce qui se passe, envisager des manières de faire différentes, prendre des décisions parce que vous serez écoutée. Dans les CSAPA il y a des professionnels de différents horizons et si vous en avez besoin vous pourrez recevoir un soutien social, médical ou psychologique.

Il existe aussi des groupes de parole pour l'entourage des personnes alcooliques. L'association Al-Anon a peut-être une groupe près de chez vous. C'est une manière de recevoir le soutien de personnes dans la même situation que vous et de n'être pas jugée mais comprise. Voici son site : <http://al-anon-alateen.fr/>

Pour trouver un CSAPA proche de chez vous ou tout simplement pour en parler n'hésitez pas à appeler notre ligne d'écoute au 0 980 980 930 (tous les jours de 8h à 2h).

Bien cordialement,

le modérateur.

Québécoise - 30/08/2018 à 16h30

Je te comprend Jessy ,
Je suis passée par là , il me disait qu'il était somnambule.

Tu as bien fais de t'inscrire sur se cite , c'est un début . Il ne faut pas rester seule ds cette situation. Tu n'es pas seule ds ta situation , on est très nombreux (sesssss) .

Je suis de tout cœur avec toi
X

Profil supprimé - 31/08/2018 à 09h11

Bonjour à vous ,

Déjà merci d'avoir pris le temps de me lire et de me répondre, j'ai déjà pense à partir et le laisser mais je n'ai pas envie d'être un fardot accompagnée de mes enfants chez un membre de ma famille ou mes amis . J'ai déjà donner malheureusement y a de ça plusieurs années

Aujourd'hui j'aimerais avancer avec lui lui montrer que même si il ouvre cette bouteille qui contient le démon je suis la pour le secourir mais les conseils sont rares pour aidez une personne malade ... sachant que moi aussi je deviens malade pas de cette maladie addictive mais d'une dépression que j'essai de gérer.

J'aimerais ne pas me noyer dans mes larmes car l'amour peut être beau mais peut aussi détruire des vies

L'association al anon à une perm près de chez moi mais à 19h30 et je peux malheureusement pas m'y rendre car n'ayant pas le permis et les bus qui arrête de circuler à 20h30 c'est pas évident qui plus ai qui veillerai à faire le repas et tout le tratala du soir

Bref je suis encore chanceuse qu'il frappe pas et frappe pas les enfants qu'on je vois certaines femmes bloquer dans un silence de marbre je suis triste pour elle

Moi c'est régulièrement les insultes un verre de trop et c'est fini pour une nuit sereine pour moi alors que faire ?

Une demande pour un logement ?

Puis déposer des mains courantes quand il boit et il insultes pour nous protéger au cas où?

Québécoise - 31/08/2018 à 14h26

Allo Jessy ,

Je te comprend ca bouffe toute notre énergie l'agressivité et les insultes et c'est de notre fautes en vérité c'est ce qu'il pense de lui. C'est dur à croire mais c'est la Vérité.

On se laisse submerger par ces paroles crachées pleines de haine. C'est la personne qu'on aime t'en qui dit ca de nous . En fait , tu n'as rien à défendre , ce n'est pas de toi qu'il parle , au fond il le sait .

Domage que tu ne puisse pas aller à Alanon c'est ce qui m'a aider le plus . Depuis l'été que j'y suis pas allé, faute d'horaire aussi . C'est pour ça que j'ai autant besoin d'échanger sur ce cite. Plus j'en parle , plus je reste impartial qd je me sens affecter par mon homme.

P-e qu'il y a une réunion la fds , qq part d'autre , ds ton coins .

Il y a la des femmes d'expériences,qui sont passé par la . Qui ont réussis à vivre et aimer des alcooliques en étant détachées . Je ne comprenais pas au début , comment , mais ca met venu tranquillement.

Perd pas espoir x

Moderateur - 31/08/2018 à 15h24

Bonjour Jessy,

Merci pour votre réponse. Nous sommes là pour en parler si vous ne pouvez pas vous adresser à vos proches. Il est important que vous puissiez vous exprimer et que vous ne soyez pas seule à porter ce problème.

Québécoise a une expérience qui peut vous aider à savoir comment être "autrement" avec votre conjoint pour que cela vous atteigne moins et que vous puissiez justement lui montrer que vous gardez votre calme et votre amour pour lui malgré les insultes. Je vous recommande de lire ses différents posts dans les fils de discussion.

Comme le dit Québécoise son expérience elle l'a faite avec Al-Anon. D'abord sceptique puis cela lui est venu. S'il y a un groupe près de chez vous c'est vraiment une opportunité. Même si c'est difficile d'y aller ne pouvez-vous pas trouver le moyen de vous y rendre ne serait-ce qu'une fois ? Et si vous ne pouvez pas contactez au moins la personne qui s'en occupe pour avoir un ou des interlocuteurs de proximité qui connaissent ce que vous traversez pour le vivre eux-mêmes.

Les insultes sont assimilables à des violences conjugales. Lorsqu'il agit ainsi vous pouvez en effet déposer une main courante. Je vous conseille aussi d'accumuler les preuves et les témoignages pour donner du poids à vos propos. Vous n'avez pas été victime de violence physique mais le risque est grand que cela arrive un jour s'il ne se contrôle pas mieux malheureusement.

Mais attention aussi à ce que vous exigez de lui ou à ce que vous faites. Par exemple vous perdez en crédibilité et il vous respecte moins si, comme vous l'avez fait, vous annoncez que vous allez le quitter s'il continue à boire mais que finalement vous ne le faites pas. En faisant cela vous affaiblissez votre position. Si vous souhaitez lui mettre des ultimatums ou des contraintes soyez sûre de ne mettre en face que des "sanctions" que vous êtes sûre de pouvoir réaliser. Sinon ne le faites pas.

Allez courage, nous restons à votre écoute.

Bien cordialement,

le modérateur.
