

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# PEU SÛRE DE MOI...

---

Par **Azalea** Posté le 09/11/2018 à 12h00

Mon chéri à subit une sale rechute d'alcool récemment, il adopte des comportements que ses propres ami(e)s ne comprennent pas ou plus.

Il se sent comme une « merde » et parle de suicide de manière déguisée... Puis s'excuse du fait qu'il ne devrait pas parler de la sorte.

Il se rend compte de tout ce qu'il traverse, il bien conscience qu'il merde et il à bien entendu la peur de me perdre.

Il en à tellement marre de sa maladie, marre des gens aussi dans le sens où ses amitiés il ne les comprend même plus, car en prime il à un « ami » qui l'a dénigré et fait le moralisateur de bas étage... Et ce fut la goutte de trop.

Il à trop l'impression d'étouffer socialement parlant, il à trop l'impression de devoir rendre des comptes à tout le monde, il à le coeur sur la main et ne pense jamais à lui !

Je lui ai dit que de se mettre en vacance socialement parlant, donc faire des activités qui lui plaisent et de penser à lui.

Il reçoit beaucoup de confidences d'amis et amies qui vont mal dans leur vie, parfois les propos vont tellement loiiiiin qu'il prend la douleur des autres, puis se met à mal à son tour et déclenche le besoin d'alcool...

Besoin d'alcool qui varie aussi pour ses anxiétés et ses dépressions en général.

Il à des ami(e)s qui voient en lui un sauveur car on l'embarque dans des affaires de couples et de règlements de comptes.

Il prend les choses trop trop à coeur...

Alors qu'avant nous savions pas communiquer sans se prendre la tête, j'fais le gros effort d'être compréhensive et ne pas être dure avec lui.

Car par moment des choses me dépassent et me foutent en rogne... Mais je serre les dents malgré tout.

Il songe de plus en plus à se reprendre en mains, du moins, il en parle avec une certaine conviction et veut en faire sa résolution.

Le problème est que j'ai tellement eu de « je ferais ci... », « je ferais ça... », « je te promet ci et ça... » j'ai du mal à croire ce qu'il me dit.

Je veux bien entendu croire en lui, mais je ne préfère pas boire ses promesses afin de me protégée.

Au fil de cette relation je me sens mûrir quelque part, car il m'apporte quand même beaucoup et il m'a quelque part changée, après bien des colères, des douleurs et des pleurs car nous nous comprenions plus... Et cela durant 1 an sur 2 ans de relation.

Mais j'ai quand même eu un certain déclic de mon côté.

Je me demande parfois où cette relation va m'ammenée, genre est-ce que je peux me « jetée à l'eau » pour un semi ménage ou ménage officiel à l'avenir ? Est-ce que l'avenir sera un jour radieux ou devrais-je approfondir la réflexion sur la vie avec une personne alcoolique ?

Car mon chéri est peu apprécié de ma famille qui sont au courant de rien concernant son alcoolisme, je ne peux donc pas me confiée à eux et encore moins compter sur eux pour une écoute psychologique.

J'ai des ami(e)s oui... Mais je me suis trop confiée à eux et ça a mis pas mal de bordel.

J'ai peur de pleins pleins de choses et de me sentir en insécurité avec mon chéri...

## 3 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 09/11/2018 à 17h18**

Vous avez, quelque part, de la chance qu'il nourrisse la peur de vous perdre : d'une part c'est qu'il tient à vous (pour ma part, mon compagnon après m'avoir régulièrement menacée de me quitter pour pouvoir boire, a fini par me quitter et il ne fait plus aucun effort pour que nous passions un peu de temps tous deux sans qu'il ait consommé, ce dont je souffre terriblement), de l'autre, cet aspect lui donnera un prétexte, une raison et de la force pour entamer et maintenir une abstinence. Courage.

---

**Profil supprimé - 09/11/2018 à 17h24**

Si vous l'aimez, vous l'aimez comme il est et vous vous adapterez aux conditions que l'alcoolisme impose à votre couple.

Sur ce point, il n'est pas possible de vous guider.

En revanche, si vous décidez de l'aider, c'est autre chose... Il n'y a pas réellement de règles... C'est souvent du cas par cas et si je puis dire "du moment à moment."

Il tient à vous ; cela l'aidera beaucoup. Vous pourriez l'accompagner à un rendez-vous dans un CSAPA, l'encourager à entrer en soins. Peut-être devriez vous vous garder de le faire culpabiliser cependant. Mieux vaut soutenir, encourager, aider à faire prendre conscience à l'autre qu'il est non seulement malade mais qu'il lui est possible de s'en sortir, tout doucement, qu'une autre vie est possible et qu'avec le temps, il ira mieux. C'est important de le rassurer.

---

**Azalea - 09/11/2018 à 19h57**

En fait, il a déjà songer à me quittée mais que dans des moments de crises d'alcools... C'est moi qui lui ai toujours mis "des batons dans les roues" pour qu'il ne le fasse pas, car je savais qu'il regretterait et s'enfoncerait dans son alcoolisme et serait défaitiste fatalement.

Puis il a cessé de le dire et il est entré dans la boucle du dénigrement envers lui-même, du genre qu'il mérite pas mon amour etc etc...

Mais je savais que ces boucles étaient des tentatives de m'ammenée à l'idée d'une rupture déguisée... Sauf que même si j'ai failli y plongé je me suis toujours dis de pas faire l'idiote, et de m'armée de patience et comme il faut pour le faire remonter comme je peux!

Je fais comme je peux pour le rassurer, le soutenir, l'inciter à aller se faire aider, à voir la vie autrement...

J'ai eu un comportement nauséabond durant pas mal de temps envers lui, mais j'ai compris que ce n'était pas psychologique et ça le mettait plus à mal.

Mais je ne peux pas m'empêcher de prendre quelques distances pour me protégée, car même quand il en à conscience de son alcoolisme, même quand il prend des résolutions et songe à l'hopital... Il reboit en s'excusant etc...

---