ALCOOL-INFO

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

UN DRINK POUR L’ACCOMPAGNER

Par Québécoise Posté le 28/10/2019 à 11h32

Bonjour ca fait 2 ans que j’ai decidée de ne plus l’accompagner d’un petit drink la fds . La ca fait qq semaine sans une goute. Puisque je me boit pas bcp et rarement apres seulement qq gorger j’avais un feeling.

Il me disait que je ne savait pas boire , prc nos querelle etait principalement a ces moments la. Et que j’avais autant un probleme de boisson que lui , meme si c’etait un verre occasionnellement. Qd il me piquait mon controle etait abaisser et c’est vrai que je m’enflamait plus vite .

Maintenant , ce n’est plus une excuse depuis un bon bout .

Je me sentais isoler de ne pas l’accompagner . Et la je me sens liberer de dire non . La
Pression etait forte la fds. Il ventait ses amis qui boivent et je me sentais ordinaire. La je me sens forte et libre d’etre « naturel HI »
Maintenant il me dit que je suis bonne . En fait j’en ai pas envie .

Je me demande si vous aussi vous avez ou buvez pour l’accompagner ? Un moment je me disait meme , pourquoi je devrait me priver et pas lui. Ce n’est qu’un petit cidre a 4% . Maintenant si j’en bois c’est avec une amie , ou tout simplement de l’eau si j’ai soif.

Bonne semaine

2 RÉPONSES

Horizon73 - 01/11/2019 à 20h53

Bonsoir Québécoise

Je lis souvent tes témoignages et la tu me fais réagir sur ce point. Moi aussi je l’accompagne avec un petit verre de blanc mais jamais plus ne supportant pas l’alcool et ça me fatigue. Je suis mariée avec un alcoolique de longue date qui a tous les symptômes des excès ... le foie, les nerfs , la mémoire , l’attitude enfin son corps ne peut plus supporter ses excès. Il va enfin voir un psy au centre d’addiction et j’espère qu’il en ressortira positif. Mais je n’avais pas songé à ma propre part de contribution, c’est à dire de ne plus boire et voir l’effet sur lui même si je suis une petite consommatrice comme toi
Je suis passée par toutes les phases , colère , crise, menace, indifférence, et honnêtement rien ne fonctionne... Il n’y a que lui qui peut agir mais peut être il est sur la bonne voie , il range la bouteille lui même et peut être si je ne bois plus avec lui ça fera un effet supplémentaire... j’espère y croire encore. . Je te tiens au courant.
Merci de tes témoignages
Bonne nuit

Québécoise - 05/11/2019 à 18h48

Merci horizon

Oui tu as raison , qd tu dis qu’on m’est la lumiere sur ce que l’alcoolique fait et que pendant ce temps on ne met pas la lumiere sur soi.

Sur soi qui a besoin d’etre ameliorer , de repos , de sobrieté . C’est la la co-dependance. L’alcoolique devient notre bouteil. On ne pense qu’a ca , ca nous obsede, on s’est que ve n’est pas bon pour nous mais on reste accrocher qd-meme. C’est la meme description qu’il ont avec l’alcool. Haha. Pareil !

On se pense bien mieux , j’ai ete mechante verbalement dernierement . J’ai dis que c’etait sa faute pareil comme lui . Qd il me la dit , j’ai argumenté avant de m’excuser . Et mon excuse sonnait faut , je riait meme . Prc je realisais que c’etsit ridicule ce que j’avais dis . Mais sur le coup de la colere j’ai perdu controle , pareil comme lui .

Je ne suis pas parfaite , je crois qu’on a tendance a se le faire croire qd on est avec un alcoolique. Vu que sa dependance Prend toute la place on a pu a se regarder et se prendre en main pour s’ameliorer . Les defi qu’on vie on les a choisi en general.

C’est une belle journee , mon torticoli et mon rhume finissent yé!
X