

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

IL BOIT TOUTES LES SEMAINES (À OUTRANCE)

Par **Mouffette** Posté le 16/07/2020 à 16h10

Bonjour,
Je suis avec mon conjoint depuis bientôt deux ans, avec 1 an de vie commune à notre actif. Je savais qu'il buvait mais il avait fait la démarche de se faire soigner pour arreter de boire. Démarche qu'il a abandonnée. Il a quand même réussi à réduire sa consommation mais elle se traduit maintenant par une soirée par semaine où il "boit un coup " et pour lui ça ne veut pas dire un verre ou deux, c'est plus boire jusqu'à se rendre complètement minable, devenir méchant verbalement, mettre des musiques déprimantes, ne plus parler. Il dit que c'est de ma faute si il est méchant quand il boit parce que je lui dit de ne pas boire et/ ou de se modérer (en plus on a pas beaucoup d'argent), cependant il est également comme ça quand je ne dis rien. Bien évidemment il ne se souvient jamais de sa soirée qu'il a passé à boire seul dans le salon et m'en veut d'être distante le lendemain. Ce message est bref et n'entre pas dans les détails mais je suis fatiguée. Je l'aime j'aimerais bien pouvoir l'aider et je suis consciente que je ne le peux pas. Cela me pèse vraiment et je ne sais pas quoi faire. Pour lui il n'est pas alcoolique il fait "la fête "...

1 RÉPONSE

Québécoise - 17/07/2020 à 15h08

Bonjour Mouffette 😊

Je trouve que vous avez déjà du cheminement de fait , vous avez essayé d'ignorer ses comportements irrespectueux, vous savez que vous ne pouvez pas le changer.

Je vis la même chose avec mon amoureux, par contre j'accepte d'être avec un alcoolique maintenant. Je me suis longtemps épuisée à ne pas l'accepter avec sa dépendance. Et ça a créé énormément de tension. Personne d'autre que moi , décide d'être avec cet homme. Je ne suis pas parfaite aussi. Maintenant je mets beaucoup plus mon énergie à m'améliorer. Je joue de la guitare , je médite, je fais du Qi Gong tous les matins, j'ai repris des cours à l'université, je lis.Prc la vie n'est pas juste son problème d'alcool. J'existe!

C'est une spirale infernale , la co-dépendance, on se focalise sur l'autre, on laisse sa dépendance prendre toute la place. Sa dépendance est un gèle , qui peut engendrer tous les troubles de la personnalité de façon passagère. L'alcool est un déprimeur, les choses qui poussent notre système sécrète de l'adopamine. Hormone du bonheur , à court terme ce poison gèle, un mal . Qu'il ne voudra peut-être jamais travailler , et c'est son droit. A long terme ça déstabilise les émotions.

Parfois j'ignore ses piqueries, parfois, maintenant je suis ferme, et je dis stop! La c'est du manque de respect! Et je m'isole le temps de me calmer. Rien ne sert d'essayer de se faire comprendre qd ils sont en boisson!

Je sais pas si ça peut t'aider , je l'espère 😊

C'est pas chose facile d'aimer un alcoolique, faut énormément s'aimer et ne pas s'oublier !

X
