ALCOOL-INFO

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

OUVRIR LE DIALOGUE AVEC MON AMOUREUX DANS LE DÉNI

Par Yvette Posté le 30/12/2020 à 21h48

Bonjour,
ce soir je suis assez triste et inquiète.

Je fréquente quelqu'un de formidable depuis 3mois et il est alcoolique.
Il demeure très gentil quand il boit mais je m'inquiète tout de même beaucoup : il boit entre 5 et 10 bières par jour je pense tout les jours.
Il se met assez minable, finit toujours ivre et il fume énormément de cannabis en plus de ca.

Je ne sais pas comment agir.
Je suis moi même fumeuse mais je réduis et me calme énormément d'années en années : je veux m'en sortir.
Je n'ai pas envie de le juger tout simplement parce que je pense que ça n'apporterait rien comme solution. Donc je reste impuissante.. Je sais que l'envie doit venir de lui.. Que des reproches ne feraient que le brusquer..

On a tout de même abordé le sujet car c'était un gros souci dans son ancienne relation et qu'on a pas mal dialogué à ce sujet : on a une bonne communication que je n'ai pas envie de gâcher.
Ca a été long pour lui d'admettre devant moi que c'était la raison de sa séparation comme si il ne voulait pas que je pointe du doigt à mon tour ces excès et son addiction.

Je pense qu'il va mal et que ça va être dur pour lui de s'en sortir et c'est assez difficile de ne rien dire donc je lui dit a pas de talons qu'il fait ce qu'il veut même si je préférais qu'il prenne soin de lui et de sa santé.

Quand il prend une bière il me regarde avec un regard de défit. Je n'ai pas envie d'entrer en conflit avec lui.
J'ai pas envie de jouer au flic avec lui mais j'ai l'impression qu'il me place dans cette posture que son ex avait pour lui.
J'ai carrément peur de lui en parler de manière plus frontale pour ne pas qu'il se cache ensuite pour boire sans m'inquiéter.

Il sait qu'il doit arrêter il me l'a déjà dit : c'est le plan. Mais je ne pense pas qu'il se définisse comme alcoolique je pense même qu'il le prendrait mal et se braquerait si je lui disais cela même en lui disant que je ne juge pas.
Seulement le temps passe vite, on est en plein dans le problème et j'ai peur que dans 10ans il soit dans un triste état a force de s'installer dans ces habitudes. Je l'aime il est formidable : ça me fait de la peine de le voir déchiré, de voir qu'il a besoin de se mettre dans ces états..
Il dit le vouloir mais je ne le sens pas lancé du tout.

Que faire ? J'aimerais trouver les mots justes pour qu'il ne se sente pas juger, qu'il sente que si il en a envie je serais sa meilleure amie, j'ai envie qu'il arrive à se livrer et a être sincère sur son état sur ses envies et surtout grande illusion me direz vous j'aimerais l'aider a trouver l'envie, la force, le moteur pour se défaire de cette addiction qui le ronge petit à petit..

Suis je dans une totale illusion ? Devrais je tout simplement accepter qu'on ne peut pas aider les autres à changer et que je dois le laisser gérer son problème ?

Merci par avance pour vos réponses et vos retours d'experiences,
Bonne soirée à tous

Yvette

1 RÉPONSE

Québécoise - 04/01/2021 à 00h13

Bonjour Ivette,

Ca fait 11 ans que je sous en relation avec un alcoolique. On a chacun notre maison, ca aide beaucoup. je crois en l'amour par contre je ne connais pas de couple passionner, equilibré, respectueux en meme temps apres la passion.

Bien sur il y a des niveaux ds tout. L'alcoolisme , c'est une maladie des emotions, provoquer par la dépendance. Elle peut engendrer tous les troubles de la personnalité de facon passagé.

C'est des personnes tres intelligente et charmantes.
Les alocoolique vivent enormement ds la culpabilité, a cause de leurs pertes de controle. C'est vraiment tres dur pour eux de se controler, extremement dure!

On ne peut pas comprendre qd on est pas comme ca. Et meme si on est empathique ca ne veut pas dire qu'on doit axcepter des

attaques verbals.

Ils ont besoin de bcp d’attention, et plus qq chose t’atteind , inconsciement , plus il va se servir de ca pour provoquer une attention. Oui negative mais une attention.

La meilleur facon que j’ai trouvé est de poser des questions en rétroaction. Hier par exemple:

Sans raison il m’a dit en colere : bouge ton cul!
J’ai seulement dit : tu fais quoi la? Tu me parle comment? Est-ce que tu viens de dire bouge ton cul?

Poser des questions, avec retroaction?
Ca se pratique, il s’est excuser. Mais parfois il provoque jusqu’a ce que je craque et je parte, c’est pour etre seul et boire en paix.

J’espere que ca t’as aidé.