ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

CHOISIR DE QUITTER SON CONJOINT ALCOOLIQUE MALGRÉ L'AMOUR EXISTANT

Par Isula Postée le 09/06/2021 23:35

Bonsoir Ce soir j'ose étaler mon désespoir Je suis avec mon conjoint depuis bientôt 8 ans mais voilà il est dans le déni de son alcoolisme je l'ai pourtant aidé mais il ne veut pas se soigner il essaie quand il sait que notre couple est à la dérive mais les efforts ne durent pas et se met à boire plus avec une volinte parfois de M'imposer sa vie de patachon parce qu'il ne va même Plus se rendre à son travail, il revient à des heures pas très sumpatjisue avec l'haleine plutôt bien alcoolisée et dès que je respire un peu trop firhh tu comme si je soufflais de désespoir il me dit quoi ? C encore p ma pomme tu crois que j'ai bu ? … mais si tu as bu bref j'en peux plus j'ai pris la décision irrévocable certes p la 20 eme x mais là je ne veux pas et peux pas reculer malgré que je crève d'amour o lui et réciproquement mais la c est toxique J'ai été plus loin je lui ai dis de partir et là je sais que je ne peux reculer il est parti p le Moment ses affaires sont encore à la maison il dort ailleurs je ne sais pas où mais moi bien que je crève dans mon coin ça m'arrache le coeur mais je l'ai fais par raison et non plus par amour Je lui ai dis qu'il se soigne mais il a pas l'air de vouloir le faire alors je pleure tous les jours la nuit et je me dis que c est bien du gâchis car l'amour y est mais plus la force de l'aider cela dépend de ma santé et l'équilibre de mes enfants Il me Manque à mourir mais ce coup ci ça passe ou ça casse … je crois que par fierté ça cassera par t'apporter à son fort caractère Merci de m'avoir lu je suis si triste j'en ai baissé les bras de ma vie de couple et essaie de me relever tant bien que mal mais j'ai le coeur meurtrie par cette maladie qu'est l'alcool Merci o vos conseils à fins de l'aider à surmonter cette passe si difficile ma tristesse est si grande car bousiller un amour si our ça ne suffit plus pour m'aider dans les efforts ????????

Mise en ligne le 16/06/2021

Bonjour,

Nous comprenons la détresse que vous ressentez face à la place qu'a l'alcool dans la vie de votre conjoint, et face aux conséquences sur votre vie de couple et de famille.

Il est tout à fait normal que vous vous sentiez impuissante devant les difficultés de votre compagnon à reprendre le contrôle sur ses consommations. Comme vous l'avez bien compris, les mécanismes de l'addiction sont très complexes, il est donc difficile, voire impossible parfois de s'en détacher seul. Pour être soutenu dans cette démarche, votre conjoint pourrait bénéficier d'un accompagnement personnalisé, par des professionnel-le-s. Cependant, pour être initiée, cette démarche doit avoir un sens pour lui.

Nous sommes très sensibles à votre chagrin. Votre besoin de vous préserver de cette situation est légitime, même si cela ne rend pas ce projet de séparation moins douloureux. En tant que compagne d'une personne dans le déni ou dans le refus de se faire aider, il est important de reconnaître ses propres limites. Il ne vous est pas possible de le soigner contre sa volonté. Malgré tout l'amour que vous avez pour lui, et en dépit de l'énergie que vous avez déployé au cours de ses années pour le soutenir, il ne semble pas prêt à solliciter une aide extérieure.

Son mal-être et son addiction à l'alcool l'empêchent peut-être de prendre conscience de l'impact nocif que cette dernière a sur vous et sur votre relation. S'il ne lui est pour le moment pas possible de prendre soin de lui, ou de vous, il vous est néanmoins possible de prendre soin de vous-même. Dans cette période éprouvante, nous vous encourageons à prioriser votre bien-être et celui de vos enfants. Nous vous conseillons de vous écouter, d'être attentive à vos propres besoins.

Nous espérons que vous avez la possibilité d'être soutenue par des ami-e-s ou de la famille. S'il vous est difficile d'en parler à votre entourage, ce que nous comprenons tout à fait, sachez qu'il vous est également possible de bénéficier d'un soutien de la part de professionnel-le-s. Il existe des Centres de Soin, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie. Ces espaces peuvent accompagner les proches, et ce même si la personne consommatrice d'alcool n'est pas suivie. Cela vous permettrait de vous sentir moins seule face à cette souffrance.

Par ailleurs, vous pouvez aussi trouver une écoute et un soutien de la part de personnes plus ou moins confrontées à la même situation que vous, notamment sur nos forums, mais également dans un groupe de parole par et pour l'entourage (tel que l'association "Al-anon"). Nous vous glissons les différents liens en fin de réponse.

N'hésitez surtout pas à nous recontacter en cas de besoin, par le biais du tchat (entre 8h et minuit), ou par téléphone (au 0 980 980 930, entre 8h et 2h). Notre service est ouvert tous les jours sans exception.

Avec tous nos encouragements pour cette rude période,

Bien cordialement.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SU

CSAPA LORETTO

30, rue du Colonel Colonna d'Ornano
20090 AJACCIO

Tél : 04 95 20 38 38
Site web : www.ch-castelluccio.fr/services/addictologie
Secrétariat : Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 17h, jeudi de 9h à 13h
Accueil du public : Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 17h, jeudi de 9h à 13h
Permanence téléphonique : La ligne 06 08 96 05 29 est dédiée aux professionnels (médecins, pharmaciens...), elle est joignable de 8h à 20h, WE et jours fériés compris.
Substitution : Unité Méthadone le lundi, mercredi et vendredi de 13h à 17h, le mardi et le jeudi de 9h à 12h.

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE

Avenue du Président Kennedy
Immeuble Sarrucci
20000 AJACCIO

Tél : 04 95 21 85 85
Site web : www.addictions-france.org
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- En tant que proche, comment me faire aider ?
- Al-Anon
- Forum pour l'entourage