

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

MA CONJOINTE BOIT

Par Jules710 Posté le 12/11/2022 à 16h44

Depuis plus de 3 ans j alterne les périodes de vie sans et avec l alcoolisme chronique de la femme que j aime.

Une crise passe et on en parle à peine, de la position de la dame préférant oublier.

Bien que cherchant à comprendre, réfléchir sur les causes et les conséquences.. comment éviter le premier verre qui entraîne des semaines sans interruption d alcool.

Tous les efforts partent à la poubelle, appartement sans dessus dessous, présence permanente pour éviter le pire, impossibilité ni de dormir, ni ne serait que détourner l attention

Alors j ai bien compris que je ne peux l empecher de boire, que si elle a besoin de moi et envie de ma présence quand elle décide de se sevrer parce que c est difficile, j aimerais contrôler cette consommation. Je m explique.. quand un verre ne suffirait pas et qu il en faut 2 ou 3, dès le reveil.. quand un verre ne suffit pas et qu elle les enchaînent, a grosses gorgées coup sur coup et que je sais qu elle ne vas pas tenir le coup, ne pas supporter et tomber littéralement.

Quand nos journées se rythmes a dormir, se reveiller boire et retourner au lit.. manger et tout de suite car on ne demande pas à un alcoolique complètement ivre de patienter ne serait ce qu une minute ou 2 quand vient même on aura anticipé

Aussi, j ai lu qqes conseil a l inscription sur le site. Je ne peux qu appiter mon aide et min soutien, ma présence a elle seule ne suffit pas et je l avais déjà constaté.. mais comment faire quand le dialogue ne se fait pas? Quand la conversation est décosue, que la personne malade n arrive pas a se concentrer sur ce qu elle demande et qu on passe dune requête a autre chose en 1 fraction de seconde sans avoir eu de réponse a la première.

Je suis a bout de force, a bout de patience mais je ne veux pas abandonner. Je ne veux pas être dans le reproche mais je suis usé et n y arrive pas seul. De la savoir errer à la recherche d une bouteille et prendre tous les risques; a la première heure du jour comme en pleine nuit. Je ne peux être présent chaque seconde.. et même si je le pouvais je n y arriverais pas car cest impossible.

Je donne tout ce que je peux et si c est peut-être nécessaire ce n est pas suffisant

7 RÉPONSES

271612 - 14/11/2022 à 10h15

Bonjour Jules 710,

Désolée mais tant que ta compagne ne reconnait pas son alcoolisme tu ne pourras rien faire , simplement lui dire qu'elle est en train de se détruire chaque jour et que tu es là pour l'aider à se relever. Il lui faut un électrochoc pour reconnaître son état je pense qu'elle ne se voit pas alcoolique mais plus comme une personne qui consomme normalement c'est ce que je pensais moi avant de me rendre compte que je détruisais ma famille mes enfants et mon mari. J'ai été alccolique pendant plus de 15 ans et maintenant depuis 1 ans pas un verre et franchement cela ne me manque pas, j'ai été aidée par mon médecin, mon mari et mes enfants. Aujourd'hui , je vie et je suis ravie de ne plus boire ce poison. Cela a été long, mais il faut un déclic pour se sortir de cette spirale sinon elle restera dans son déni , ce n'est pas de ta faute elle seule est responsable et elle seule peut sortir de cette dépendance tu peux lui faire lire mon mail et je peux converser avec elle si tu le souhaites mais tant qu'elle ne prendra pas conscience de son état tu ne pourras rien faire. Bon courage et n'hésite pas si besoin.

Sabine

Jules710 - 14/11/2022 à 10h59

Tout d abord, pour ton retour merci sabine

Je veux dire que j ai lu plusieurs témoignages, très utiles.

Je sais qu il faut un declic;

Aujourd'hui je me demande si elle l aura un jour parce qu elle s est déjà fait très peur: vaumir a se brûler la gorge, cracher et vaumir un paquet de sang ... elle aura tenu une dizaine de mois cette fois mais rien n y fait.

Elle n est pas dans le déni, non elle me parle de la maladie, elle en parle comme de son passager noir, de l alcool qui est plus fort que tout le reste.

Je me dis que toutes ses émotions qu elles ne gèrent pas et qui font qu elle s enfonce avec sa sensibilité et sa confusion. Je me dis que ce n est pas sa faute et que je ne suis pas coupable non mais qu elle doit pouvoir trouver d autres exécutoires, je voudrait qu elle choisisse autre chose que la bouteille quand elle voit venir l alerte d un passage a vide, car elle sait quand ca arrive et elle le voit venir. Elle n en parle pas.

Certaines personnes essaient, et n'y arrivent pas. Le besoin d'alcool prenant le dessus sur tout le reste, tous les moyens sont bons et si ça devient de la manipulation j'ose espérer que c'est inconscient. Quand on détruit tout, qu'on accepte ou non la situation, elle reste celle dans laquelle on se trouve.

Pour ceux qui s'en sortent, j'aimerais leur dire bravo, que la vie en vaut la peine et que si elle n'est pas rose tous les jours c'est ce qui fait le mérite de ce qu'on réussit. Quant à moi, je continue de me créer et cultiver le monde où je me sens bien dans le monde. Le monde dans lequel on vit est ainsi, ma compagne a besoin d'étape pour se reconstruire et accepter, oublier un passé difficile. A vivre dans le passé on reproduit un schéma je crois, et de dépasser ça on doit pouvoir changer des mécanismes et des mauvais réflexes. Vouloir dépasser tout ça, accepter le passé et aller de l'avant chercher ce qui est bon pour soi car on y a droit

271612 - 14/11/2022 à 11h26

Bonjour Jules,

C'est triste et destructeur ce qu'elle fait mais comme tu le dis elle n'y arrive pas du tout elle a besoin d'un soutien autre que le tien désolée mais si elle le voit venir peut-être qu'un œil neuf peut faire la différence je ne sais pas mais bon il faut tenter. Je te souhaite pleins de courage et de sagesse dans cette épreuve et quoi te dire le temps fera le reste si elle veut bien trouver une autre issue. Bonne chance
Sabine

Jules710 - 14/11/2022 à 12h18

Ah bien, pour l'instant .. elle ne veut pas
C'est contradictoire quand on sait qu'elle en souffre;

Mais elle le dit clairement, et de plusieurs façons:
Soit selon elle la maladie est trop forte
Soit elle me dit que c'est loi qui veut qu'elle arrête mais qu'elle n'en a pas envie, que c'est comme ça et que ça s'arrêtera quand ça s'arrêtera.

Mais merci Sabine, garde ton cap et continue

Jules710 - 15/11/2022 à 18h31

Je voudrais m'excuser,

.. auprès de celle que j'ai aimée;
Parce que je n'ai pas eu la patience, la bonne démarche, la bonne attitude.

La volonté d'arrêter quand c'est elle qui boit est la mienne. Alors je dois partir et la laisser maintenant.

.. j'ai eu une personne hier au téléphone, qui a pu m'écouter, m'entendre et qui a voulu me répondre; me dire des choses que je me disais, me confirmer une façon de penser.

Je voudrais dire merci,

A celle que j'aime encore mais pas assez pour rester auprès d'elle, parce que d'avoir partagé 4 ans m'aura fait grandir; parce que quand elle ne boit pas elle aura été généreuse et que si personne n'est parfait, que je ne suis pas un exemple, on aura vécu de beaux moments.

A la personne qui était à l'autre bout du fil, au téléphone d'alcool info service pour aider à prendre conscience.

Aussi je veux dire qu'il est parfois trop tard mais que rien n'est perdu. Qu'il y a qqch à tirer de chaque situation comme dans le négatif quand on sait, et quand il est encore temps nos besoins viennent de nos habitudes, et qu'avant qu'elles ne soient trop ancrées, si elles ne nous permettent pas d'être dans le vertueux il est beaucoup plus difficile d'en changer. Avant qu'il ne soit trop tard, avant qu'il ne soit encore plus difficile d'en sortir: réfléchissons! Nos instincts, nos premières intentions sont primaires et ne sont pas mauvais en soi, mais quand ils sont naturels et spontanés sont-ils toujours et exclusivement la bonne réponse? Je ne pense pas. Non et je m'explique.. le corps, notre cerveau nous demandent, qqch dont nous n'avons ni envie ni besoin parfois. Notre corps et son cerveau nous demandent même qqch que nous voulons mais est-ce la bonne façon de l'obtenir?! .. écoutons nous, entendons, et quelques fois laissons passer la première attention, voir ce qu'il viendrait ensuite.. quand on croit et qu'il est plus utile de savoir plutôt et donc bénéfique.

Une pensée particulière à celui ou celle qui souffre et qui reproduit sans cesse un même schéma sans pouvoir sortir de qqch qui ne convient pas: changez! Plus le temps passe et si rien n'est impossible il deviendra de plus en plus difficile.. de résoudre qqch comme des réflexes et des fonctionnements trop ancrés en soi et qui ne fonctionnent pas.

Pour le reste, .. il faut beaucoup d'énergie, de patience et de réussite.

Jules710 - 19/11/2022 à 10h28

Aujourd'hui 19 décembre, 10h18

Je pars de chez la dame, j'aurais fait 3 aller-retour en moins de 24h;

Le premier pour lui rapporter un cubi de 3L de vin qui aura été vidé en un apres midi.

Suite à ça, j essaie .. d avoir une conversation et de lui apporter une présence parce que discuter n est pas possible. Ca va jusqu'au menace et au chantage affectif si je ne cède pas a des caprices, et je sais y être pour qqchose car je ne suis sans doute pas toujours fin psychologue. Et si je manque certainement d un peu de patience je crois m alerier en tout cas.

La j ai du revenir ce matin, réveiller par le telephone qui sonne, et si je crois quand elle me dit qu elle m aime, c est encore de lui rapporter une bouteille de vin. ..qu elle a deja bu et terminée.

J essaie de la raisonner quand meme et en vain.
Avant de partir je sais qu elle a besoin d une autre bouteille, mais je ne peux pas plus, je ne peux plus.

Jusqu a quand et je ne sais pas, quand elle m insulte sans demander pourquoi j agis de telle ou telle façon, qu elle ne voit que le négatif je voudrais ne plus y retourner quand j ai toujours l envie de l aider ou meme au-delà, d etre un soutien.

Mais ca n avance pas, c est toujours pareil. Le meme refrain, et quand ca se calme c que se prépare un nouvel épisode. Ca ne se calme que pour préparer le prochain assaut de la maladie et de l alcool qui parle plus que le reste.

Je m en vais, coupable de ce que je ne suis pas, et quand personne n y peut rien meme plus elle.. je pense a toi, S**** qui te veux enfermée dans les méandres d une psychologie tumultueuse où ta détresse n a d egal que tes réactions dépressives et extrêmes

Je prie pour un équilibre dans ta facon de raisonner, quand tu veux tout et que tu ne peux rien obtenir que de te remettre en question

271612 - 21/11/2022 à 09h37

Bonjour Jules,

Je sens bien que tu craques et c'est normal tu as fais de ton mieux pour l'aider, l'accompagner la faire réfléchir sur sa situation mais en vain. Tu es actuellement dans une situation toxique, tu ne peux pas faire mieux il n'y a qu'elle pour réagir et se sortir de cette merde. Ne te sens ni coupable, ni responsable tu dois la laisser revenir vers toi si elle en ressent réellement le besoin car si tu continues à répondre à son chantage tu ne fais que la conforter dans son idée. Elle est perdue, elle a besoin de sortir de cette spirale mais elle ne sait pas comment faire c'est pourquoi elle te sollicite mais cela ne l'aide pas car tu acceptes de lui acheter ce poison qui la tues chaque jour un peu plus. Je t'assure si elle le veut vraiment elle s'en sortira mais si elle ne le veut pas elle restera dans sa "merde" désolée d'être aussi dure mais c'est comme ça. Quand j'ai eu mon déclic et la force de m'en sortir cela venait de moi et personne d'autres, je l'ai fais pour moi et ma famille mais avant tout pour vivre . Bon courage et donne nous de tes nouvelles, mais surtout préserve toi avant tout. bonne chance
Sabine
