

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

MON COMPAGNON BOIT DE PLUS EN PLUS

Par **krolik** Posté le 28/03/2023 à 22h02

Bonsoir à tous,

Mon compagnon a un problème avec l'alcool, il boit de plus en plus et je le vois s'enfoncer. Je ne sais plus quoi faire, quand on en parle il minimise sa consommation et ne s'estime pas alcoolique alors qu'il l'est. Il n'est pas agressif mais devient apathique et n'arrive plus à se concentrer. Dépressif, sans doutes mais il ne veut pas consulter.

Je connais les ravages de l'alcool, mon père est mort d'une cirrhose et je n'ai pas envie de l'accompagner jusque là.

Dois-je lui poser un ultimatum ? Le virer de l'appartement ? Je n'ai aucune envie de l'enfoncer ni de lui faire du mal car je sais qu'il est malade et en souffrance mais je sais aussi que mon seuil de tolérance va finir par être atteint.

Si quelqu'un a eu une expérience similaire, j'aimerais savoir ce qu'il (ou elle) a fait. Merci à tous.

2 RÉPONSES

Inquietude - 05/04/2023 à 06h33

Bonjour Krokil,

Votre compagnon est dans le déni face à sa consommation d'alcool et refuse de consulter sur son état dépressif. Mis à part l'encourager pour qu'il entame des démarches pour qu'il aille mieux est une des seules choses que vous pouvez faire pour lui. C'est un adulte, son problème sa responsabilité de se soigner.

Je comprend tout à fait que vous ne voulez pas l'enfoncer ou lui faire du mal. Mais vous devez poser vos LIMITES si un jour vous estimez qu'il dépasse vos limites et qu'il ne fait rien pour se soigner et qu'il vous tire par le bas. Il se peut que comme vous avez assisté au ravage de l'alcool sur un de vos proches, vos limites soient très vite atteintes. Ecoutez-vous et si la situation se dégrade et que pour vous il doit partir de l'appartement. Mettez-le à la porte ou il vous culpabilisera mais vous avez droit au bonheur et la stature sacrificiel à l'aider coûte que coûte (que j'ai fait pendant un temps) ne vous emmènera malheureusement rien de bon. Si vous le pouvez allez voir un professionnel psy ou thérapeute, vous pourrez y voir plus clair sur la situation.

Bon courage courage et prenez soins de vous

Bichette4 - 18/04/2023 à 22h03

Bonjour Krokil,

Je vis un peu la même situation en ce moment. Mon mari boit de plus en plus. Malgré mes mises en garde.

J'ai aussi une tante décédée d'une cirrhose récemment. Mon mari l'a connue et a suivi son histoire, à vu la dégradation de son état de santé et de sa vie, mais même avec cet exemple sa consommation ne baisse pas, au contraire continue d'augmenter.

Il ne boit pas tous les jours (mais avec le temps, on s'y rapproche...) et n'est jamais en état d'ébriété (visible) du coup j'ai du mal à lui faire comprendre "le problème".

D'ailleurs quand on faisait les courses j'aimais bien acheter une petite bouteille de rouge et quelques bières pour profiter le week-end, mais c'est soit je bois avec lui, soit je n'en voit pas la couleur car il s'est tout bu en un week-end... J'aurais bien aimé avoir une réserve de vin pour pouvoir sortir la bouteille si des amis, voisins, etc venaient prendre l'apéro ou les occasions, mais c'est impossible du coup...

Je ne sais pas comment l'aider avant que ça devienne vraiment grave !
