

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

## COMMENT FAIRE

---

Par **VICNAT** Posté le 23/05/2023 à 20h10

Bonsoir,

Je viens de m'inscrire sur ce forum car je pense que mon conjoint a un souci avec l'alcool. Cela fait presque 1 an que je le connais et nous vivons ensemble depuis le mois de janvier.

Il aime faire la fête, mais à chaque fois que l'on sort, que ce soit au restaurant, dans sa famille ou nos amis, ou même à la maison quand on invite du monde, il boit. Toutes les excuses sont bonnes, il se saoule à la vodka.

Encore dimanche dernier, j'ai reçu des amis à la maison pour un barbecue. Pendant qu'il préparait le repas, il a déjà bu plus d'un litre de bière (au mois 3 canettes de 50 cl, de la vodka, et du vin rouge (3 verres) pendant le repas.

Ensuite, il est parti chez son frère vers 16h, il m'a appelée vers 21h en me disant qu'il rentrait dans une heure ou deux..Déjà au téléphone, je sentais qu'il était ivre.

Il n'est pas rentré de la nuit, moi je me lève à 5h30 pour aller travailler tous les jours.

Bien que j'aie essayé de le contacter, il ne répondait pas puisqu'il s'est endormi. Quand j'ai enfin réussi à l'avoir au téléphone, il m'a reproché d'être fâchée après lui, et depuis on ne se parle quasiment plus.

Il ne s'agit là que d'une seule anecdote, parmi tant d'autres.

Il faut savoir que je suis divorcée depuis 3 ans, j'élève seule mon fils de 13 ans. J'ai un travail que j'adore, une maison dont je suis propriétaire depuis l'année dernière, et je souhaite juste avoir une vie tranquille.

Cela dit, les soucis d'alcool de mon petit ami me posent un gros problème, si j'aborde le sujet avec lui il va soit se fâcher, soit nier.

Nous sommes ensemble depuis peu, il vit chez moi, je n'ai pas de compte à lui rendre, mais je n'ose pas en discuter avec lui.

Il n'est pas violent mais quand il se saoule à la vodka il raconte n'importe quoi, il est totalement incohérent et cela me fait peur

A côté de cela il est courageux, il a fait les travaux dans ma maison (je ne lui ai rien demandé je précise), il fait ses lessives, le ménage, la cuisine (il est en arrêt de travail suite à un accident de travail depuis fin octobre 2022). Malgré tout je suis dans l'angoisse permanente qu'il se saoule (il est déjà rentré plusieurs fois complètement ivre), j'ai limite envie de le mettre à la porte tant je suis en colère. Je ne veux pas m'encombrer avec ce genre de soucis, j'ai refait ma vie avec beaucoup de mal, maintenant que je suis bien, je suis en rage de devoir supporter ça.

Merci de m'avoir lue, j'ai un réel besoin d'en discuter avec d'autres personnes que mon entourage. Je suis angoissée, et perdue.

## 2 RÉPONSES

---

**Moderateur** - 26/05/2023 à 17h49

Bonjour VICNAT,

Vous ne pouvez pas contrôler sa boisson et son alcoolisme mais vous pouvez dire ce que vous ne voulez pas vivre. A lui ensuite de s'adapter et s'il ne le fait pas à vous d'en tirer les conclusions que vous voudrez.

Ce qui est notable dans votre message c'est d'abord que vous êtes dans le "contrôle" et que vous voulez savoir ce qui se passe, ce qu'il fait. Sachez que vous n'êtes pas seule à faire cela. Presque tous les conjoint(e)s en passent par là à un moment où l'autre. C'est un reflet de votre inquiétude mais cela vous épuise, vous met hors de vous et ce n'est pas efficient. Vous ne pouvez pas contrôler ce qu'il fait et s'il boit il perd lui-même le sens des limites et de ce qu'il fait, voire il ne se souvient de rien le lendemain. Ce que vous pouvez contrôler c'est ce que vous acceptez de vivre ou non. C'est pour cela que je vous encourage à communiquer avec lui là-dessus bien plus que sur votre souhait qu'il arrête. Ces limites vont clarifier les choses pour lui et pour vous. Et finalement il s'agira peut-être de lui dire ce que vous avez écrit ici.

Courage et n'hésitez pas à répondre dans d'autres fils de discussion pour partager avec d'autres.

Cordialement,

le modérateur.

---

**VICNAT** - 26/05/2023 à 19h10

Bonjour et merci beaucoup pour votre retour.

En effet, j'ai cette sensation de ne rien contrôler, de plus je me dis quelquefois que je suis peut être trop intolérante. D'autres discussions dans le forum m'ont montré des cas plus graves (violences, insultes...), je ne vis pas cela, juste de grosses angoisses par rapport à sa consommation.

Je vais essayer effectivement de communiquer calmement avec lui sur le sujet au moment opportun.

S'il ne souhaite pas en discuter, oui s'il nie, et qu'il se fâche, je mettrai un terme à notre relation, je sais que je ne veux pas vivre de cette

façon.  
Je vais bien entendu partager avec d'autres personnes.  
Je vous remercie vraiment pour vos conseils.  
Bonne soirée.

---