ALCOOL-IN

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

QUITTER UN CONJOINT ALCOOLIQUE

Par Profil supprimé Posté le 09/12/2018 à 09h31

Bonjour,
je vis avec mon conjoint depuis bientôt 10 ans et nous avons un fils de 6 ans.
Cela fait plusieurs années que j'ai découvert que mon conjoint consomme du whisky en cachette: le matin avant le travail, dans la voiture avant d'amener notre fils à l'école, le soir avant de rentrer à la maison...
J'ai tout essayé pour qu'il se fasse soigner mais il ne l'a jamais fait.
Son problème impacte sur beaucoup de choses (vie de coupe, budget, mon état...).
Aujourd'hui je n'en peux plus et je veux partir. Jusqu'à maintenant il n'a jamais été violent physiquement mais il commence à me faire peur. Il me menace et essaye de faire pression sur moi en me disant qu'il ne me laisserait pas partir avec notre fils. Quand il se met en colère li ne me laisse plus m'exprimer et me fait sans cesse des reproches infondés. Il me dit que je n'ai pas été là pour lui et que ce n'est pas une raison pour partir.
Je ne sais plus quoi faire. J'ai peur de sa réaction le jour où je vais lui dire que je pars.

13 RÉPONSES

Québécoise - 10/12/2018 à 14h35

Bonjour choupi,

Tu es avec un alcoolique , comme moi et bcp d'autres. C'est pas evident , ils sont malade et c'est dur de le croire prc qu'on se dit : oui mais il n'a qu'a arreter de boire et nos problemes vont enormement diminuer . C'est une maladie tres complexe.

C'est bien de le prevenir que tu vas le quitter , par contre si tu n'est pas prete a le faire ca risque de diminuer (, a la longue , a force de le dire ,) de diminuer la cridibilité de tes intensions.
Je l'ai dis aussi , en esperant creer une onde de chock mais non je suis encore la et il boit bcp.

Par contre notre relation s'ameliore , je suis allee chercher de l'aide a alanon . C'est des femmes et qq hommes qui ont bcp d'experience avec la maladie . Ce n'est pas pour lui permettre de boire et a moi de me traiter (comme on dit certaine de mes amies) c'est pour changer la dinamique .

Ca m'a donné des trics pour intervenir differament.

Pour ma part , c'etait ma derniere solution . Et ca m'a aider . Je te souhaite de trouver l'aide necessaire pour toi d'abord . C'est pas evident , mais tu fais deja ce pas en etant ici , courage
X

Joyeuse triste - 10/12/2018 à 20h04

Bonsoir choupi, je suis en train de me séparer de mon conjoint car il buvait trop et aussi car il était déprimé et ne voulait pas se faire aider. En trois ans je lui ai posé 2 ultimatums, car la situation me rendait triste et malade. Je suis allée voir une psy, pris des anti depresseur. Mais C est pas moi qui avait un problème. Lorsque je lui ai annoncé que je voulais que ça s'arrête il a cru sans trop le croire. Il s y attendait mais ne pensais pas que je le ferai. Aujourd'hui C est la guerre mais il a bien compris que le problème venait de lui. Il me reprochait souvent d etre la cause de son mal être. Tu partiras le jour ou tu seras pretes et à partir de la tu seras assez forte pour y arriver. Je me suis souvent dit je suis forte, je n ai pas peur, je n ai pas peur ... cette phrase je me la suis souvent répété. J ai imaginé la suite, la séparation longtemps, je me suis préparée psychologiquement à tout cela. Puis pour mon fils aussi ce n'était pas une vie. Je me suis souvent rememoré mon enfance et me suis dit que je n'avais jamais rien vécu de tel et que je ne voulais pas que mon fils subisse cela !! Nous vivons sous le même toit pas d'autre chois jusqu a la vente de notre maison. Niveau alcool depuis mai c'était la degringolade. Jusque il y a deux semaine, un accident de voiture depuis il ne boit plus... donc même si C est tendu entre nous le fait qu'il ny ai plus l'alcool enlève énormément de pression, d'anxiété etc.... ce que je veux te dire simplement ne culpabilise et surtout n ai pas peur ! Va parler à des associations pour te rassurer de savoir comment gérer l'éventuelle crise le jour j et l'après. Il y a une justice en France et tu as des droits et surtout ne devient pas l'esclave dune vie qui ne te convient pas ! Courage ...

Profil supprimé - 13/08/2019 à 07h50

Bonjour,
La situation ne s'étant pas amelioree je pars. J'ai les clés de mon nouvel appartement demain.
C'est très difficile car il en souffre beaucoup mais je ne peux plus continuer.
Il me dit qu'il n'a nulle part où aller et, forcément, je culpabilise.
Il a pourtant de la famille qui pourrait l'heberger.
Je me sens brisée par tout ça. Je ne comprends pas pourquoi nous en sommes arrives la. Nous avions tout pour être heureux et l'alcool

a tout gâché.
Il ne s'est pas battu pour essayer de s'en sortir et de sauver notre famille.
Je me sens tellement malheureuse d'en être arrivée la.
C'était l'homme de ma vie.

Joyeuse triste - 14/08/2019 à 10h36

Bonjour choupi,
Je suis contente que tu es pu sortir de cette vie. Même si il y a beaucoup de tristesse, de peine etc... tu remonteras la pente. Peut être que lui aussi du coup. En ce qui me concerne, nous sommes séparés depuis juin, vente de notre maison. Il pris un appart de Suite moi j'ai été hébergée, en retrait Jusqu a ce que je trouve une maison proche de mon travail début août.
À priori, mon ex conjoint, à su rebondir et se laisse moins aller. Il faut dire qu'il doit de fait se resociabiliser. L'apparence exterieure étant pour lui très importante il ne peut plus être comme à la maison. Il me dit qu'il va mieux, je lai vue deux fois et c est vrai que physiquement il était mieux. Après il doit faire la fete avec ses potes et boire après le taf mais je ne pense pas à se mettre minable comme j'ai pu le voir. Perso j'ai encore les boules de se gachi, du mal qu'il m a fait. Mais j'ai repris confiance en moi et je ne suis plus stressé comme avant. Je revis. Mon fils aussi et beaucoup plus épanoui.
C est un moment difficile à passer et accepter mais tu as pris une bonne décision. Chacun est maître de sa destinée. Bonne continuation.

---

nanet - 15/08/2019 à 17h58

Bonsoir

C'est la première fois que j'écris dans ce forum , et je suis dans le même schéma que vous. Mon mari a fat un burn out et a été hospitalisé , il était souvent en deplacement et je crois que je n'ai pas voulu voir son problème d'alcool. il boit depuis longtemps et comme je l'aimais je n'ai rien voulu dire car il se mettait toujours en colère,ou boudait comme un gamain et on ne pouvait plus lui parler . Lla nuit dès que je bougeais dans le lit il me criait dessus des fois j'étais terrifiée dans mon lit et ne bougeais plus comment ai je pu accepter cela pourquoi n'ai je rien dit avant pourquoi ? Par ailleurs il avait tendance a m entrainer dans ces consommations et me faisiait souvent des reproches , je crois que cela lui redonnait de l estime de m abaisser
Suite a cette hospitalisation il m a écrit une lettre sur conseil de son psychiatre quel psychiatre ! dans laquelle il me rendait responsable de tout son mal être , cela a été pour moi la goutte d'eau aussi j'ai décidé de partir il y a un an maintenant. Je n'ai jamais éprouvé autant de colère, de rancoeur apres lui , c'est lamaentable c'est un gachis , je n'ai pas d'amis , je me sens tres seule alors oui il faut partir avant que les alcolliques ne vous detruisent moi je suis partie trop tard et peut etre trop vieille pour refaire une vie et il a detruit toute confiance toute libido il m'a détruite alors j'en ai marre de les plaindre ces alcooliques !

Ninou49 - 03/10/2019 à 18h56

Je lis vos messages et me retrouve tellement dedans sauf qu'à la différence de vous moi il est partie pour une autre et quand elle a découvert sa maladie, elle l'a foutu dehors. Du coup il est revenu chez puisqu'on était propriétaire. Et bêtement j'ai cédé et accepté de me re mettre avec lui pour notre fille et pour kil ne soit pas à la rue.ca faisait 6 ans kon était ensemble et que j'avais déjà tellement accepter...
Seulement voilà ça fait un an et je ne supporte plus. Ses mensonges, son alcool, ses reproches. Il utilise son argent pour sa gueule et après c'est à moi de nourrir tous le monde. Il ne sais jamais pourquoi il boit, il craque.
J'ai pris le partie de me préserver. J'ai signé un cdi, je vois pour changer d'apt. Et je sais que les sentiments ne sont plus les mêmes et que lui ne changera pas.il à changé celle que j'étais à l'intérieur !
J'ai beaucoup toléré et ma décision est prise. Me reste juste à savoir kan....
Je ne demande à avoir aucun jugement. Nous partageons tous des situations plus ou moins similaires...
Bon courage à tous

Québécoise - 04/10/2019 à 12h39

Bonjour Ninou49
Je suis certaine que tu n'auras aucun jugement ici. Si non que cette personne se regarde et se demande se qu'elle peut ameliorer ds sa vie , se sera plus productif

Tu a eu vraiment bon coeur de reprendre et tu as une grande capacité de pardon que peu de personne on. Tu l'as fait avec ton coeur et c'est tout en ton honneur . Tous ces gestes de bontés , font entre autre de toi qqun de wow et je ne sais pas tout. Tout le monde merite le respect , anyway.

C'est pas evident et on aime toutes qqun d'alcoolique qui peu etre blessant et irrespectueux. C'est a nous de decider ou ca s'arrete et ou est notre limite . Il y a de l'aide pour y parvenir , ca se fait un jour a la fois.

C'est deja bon qu'on soit ici a en prendre conscience , et ca soulage tellement de sortir « le caca »

Aimons nous plus , ca commence par des mini gestes du quotidien. Prc qu'il ne faut pas s'attendre a ce que qqun de malade emotionnellement nous rende mieux interieurement .

Je suis de tout coeur avec toi et vous toutes et tous
X

Farandole - 10/09/2021 à 13h23

Bonjour choupi

Vous êtes très courageuse
Rassurez-vous il va trouver une solution pour se loger

Celà va le redynamiser au lieu de vous faire des reproches injustifiés

Ne lâchez rien

Je sais que c ' est difficile. Je en pleine rupture pour la même raison
Il vit dans son camion et je dois faire l ' effort de ne pas répondre quand il appelle
À vous lire

Farandole - 10/09/2021 à 13h29

Bonjour Nanet

J ' ai 57 ans et je suis seule comme vous

C ' est difficile mais on peut rencontrer un homme sobre à tout âge

Je dois faire l ' effort de ne pas répondre à mon ami que j ' ai quitté

Courage

---

assez77 - 12/09/2021 à 17h24

Bonjour Choupi, vous êtes très courageuse et je pense que c'est la meilleure des solutions pour vous comme pour lui.

Peut-être qu'il aura un électrochoc.

---

mathlouis - 13/09/2021 à 15h47

bonjour a tous

je n ai pas l'habitude d'écrire sur des forums mais la je ne sais plus quoi faire, j'ai l'impression de devenir folle !

mon mari boit depuis des années ; il a eu un accident de scoot il y a deux ans (une bouteille de vodka vidée en une heure juste avant de prendre le volant), trois semaines de reanimation, 4 mois de séquelles.. Il m'avait promis que tout cela s'arreterait, que tout allait changer, et moi bien sur je l ai cru.

Mais depuis les confinements successifs , la situation a empiré. Bouteilles cachées, cris , affrontements physiques avec ma fille ainéé

je comptais lui parler debut juillet , apres le départ de mes enfants en vacances, pour lui proposer d aller voir un medecin, un thérapeuthe , mais non..
il m'a annoncé qu'il partait, car :
- c'est a cause de moi qu'il boit
- que les filles pensent qu'il est alcoolique à cause de moi (alors qu'elles s'en rendent compte toutes seules maintenant)
- j ai un boulot de merde (sous entendu je ne suis pas autant carrieriste que lui). Bah oui je me suis occupée de tout a la maison ces quinze dernieres années! son seul luxe etait de s'occuper de son boulot et de sa carriere.
- Je ressemble plus a rien..

Bref il m'a tout tout reproché, j ai sombré

il est parti en vacances pour rejoindre nos filles , j ai eu peur qu'il les retourne contre moi. mais non, il a sorti a ma fille ainéé que c etait lui le patron, qu 'il commandait tout, qu'elle n allait pas le faire ch.. car ses parents se séparaient.

en fait il ne s excuse de rien, il n a aucun tort! tout est de ma faute

du coup on n arrive plus du tout a communiquer. parfois il m envoie des textos en me disant que je suis méchante, qu il sera tjrs la pour moi (j ai un gros doute sur la sobriété du moment)

il n appelle pas ses filles, ne les voient quasiment pas et les filles ne le réclament pas plus que çà

et cerise sur le gateau, hier c'était mon anniversaire et meme pas un message ! 26 ans de vie commune, je suis simplement écoeurée

demain je vais voir une avocate car je sens que ca va etre compliquée. mais bon je vais me battre car franchement je méritais pas ça.

Je ne mange plus, je n'ai plus envie de rien ; parfois je souhaite m'endormir et ne pas me réveiller

tout le monde me dit de penser a moi, mais je ne sais pas faire. je me suis tellement occupée de ma famille, j ai tout tenu a bout de bras

pendant des années, que je me sens vide, complètement inutile

je lui en veux tellement! comment peut on ne pas se remettre en cause , sur rien: tout rejeté sur la faute de l'autre!

bref j ai envie de pleurer , j essaie de faire bonne figure pour mes filles

voila désolée, c'est un peu brouillon mais les larmes me poussent à écrire au fil de l'eau tout ce que je ressens

merci de vos conseils

---

nanet - 25/09/2021 à 08h43

Hello Farandole

merci pour votre message
force et honneur

Bidouille - 02/02/2023 à 09h49

Bonjour Farandole
J'ai 54 ans et je suis dans la même situation...ne pas lui répondre !
Comment avez-vous évoluer depuis ?
