

Forums pour l'entourage

## Mari alcoolique je suis perdue

Par titoun Posté le 21/06/2019 à 14h56

Bonjour,

Je suis nouvelle sur ce post et comme beaucoup je ne pensait pas en arriver là, mais mon mari est alcoolique depuis très longtemps. il a déjà fait une cure en 2012 et à tenu je pense environ 2 ans 1/2 en étant abstinente puis il a replongé et ne veut plus entendre parler de cure.

Il avait un suivi médical avec son médecin traitant et des cachets à prendre car il fait en plus de l'hypertension et de l'apnée du sommeil, mais en fin d'année dernière il a tout laissé tombé son suivi et ses traitements. Le médecin m'a dit qu'il courait un grave danger d'avoir tout stoppé mais quand je lui en parle il me répond "mourir de ça ou mourir d'autres choses". Du coup je n'y arrive plus, il ne m'écoute plus, d'ailleurs le dialogue entre nous est totalement rompu, nous ne nous parlons quasiment plus. Il est en déplacement toute la semaine et ne nous appelle jamais moi et nos enfants.

J'ai l'impression d'être dans une impasse et je songe de plus en plus à le quitter mais j'ai peur de sa réaction car quand j'ai voulu le quitter avant sa cure il m'avait fait du chantage au suicide ainsi que sa mère, du coup j'ai peur que si je le quitte il passe à l'acte et j'ai aussi peur de la réaction de ma belle mère mais en même temps je suis encore jeune 36 ans et je ne me vois pas continuer ma vie comme ça en vivant en colocation. Quand je lui demande de choisir entre moi et l'alcool, il me répond moi mais juste après je découvre des bouteilles cachées dans sa voiture et à ce moment là je me dit que finalement il choisit encore et encore l'alcool. Car depuis qu'il a repris il boit en cachette.

De plus il fume environ 2 paquets de cigarettes par jour voir plus, du coup on ne s'en sort plus financièrement et je n'ai pas envie de tout perdre et de continuer à me priver pour lui.

Quelqu'un à t-il déjà été dans cette situation avec chantage et s'en est sorti ?

Merci

### 18 réponses

---

LaChute - 31/07/2019 à 19h07

Bonjour,

Je me permets de répondre sur ton fil puisque mon histoire t'a intéressé.

Pour un alcoolique (en tout cas si je prends mon cas), le choix entre la personne qu'on aime et l'alcool est évidente: on prend celle qu'on aime.

Malheureusement, ça ne se passe pas comme ça, et l'alcool est plus fort, il amène à renoncer à toutes ses

promesses.

Combien de fois je me suis levé le matin, en me disant aujourd'hui je ne bois plus ? Où après avoir abusé et discuté avec ma femme, je me disais qu'il fallait vraiment que j'arrête.

Les menaces, les coup de semonces, je les ai toutes entendues mais elles me traversaient la tête, pas par méchanceté ou par tromperie, mais l'alcool était plus fort, d'autant que le besoin physique est là.

J'ai lu qu'il avait déjà été abstinent, donc il connaît le chemin et les méthodes.

Que'est-ce qu'il la fait rechuter ? Est-ce qu'il est suivi par un psy ?

Il semble dans une phase d'autodestruction avec l'arrêt conjoint de son traitement, et donc doit être en forte dépression: il faut qu'il puisse se faire aider pour un minima trouver la raison, et pourquoi il a rompu son abstinence.

Il ne peut que le faire seul et si il est volontaire.

Pour le reste, je dirais (malheureusement pour moi) qu'il d'abord te protéger et si cela doit passer par une rupture (peut-être temporaire (en tout c'est ce que j'essaye de croire pour moi), ça peut-être salvateur pour toi et lui

Bon courage

bibdoule - 01/08/2019 à 10h27

Bonjour,

Titoun, je me retrouve dans le même cas de figure que toi, et je ne sais pas quoi te conseiller...

En lisant ton post, sans penser à ma situation, je dirais ; quitte-le...

Mais, c'est sans compter tes sentiments, et je sais de quoi je parle...

L'envie de le quitter me taraude de jour en jour, même si pour l'instant, nous n'avons pas de problèmes financiers...

Et puis, rester c'est aussi dire que l'on refuse de céder à non assistance à personne en danger..

Je me répète sans cesse que c'est une maladie, et donc qu'il faut que je le soutienne. Je ne le quitterais pas s'il avait un cancer... alors pourquoi le quitter pour cause d'alcoolisme?

@LaChute

Quitter la personne ayant un problème avec l'alcool est-ce vraiment la solution ?

Je sais que mon mari est en grande dépression, même s'il ne veut pas l'admettre, je pense aussi qu'il est capable de se suicider, doù son auto destruction. (déli, non prise en compte de ses maladies, traitements, etc..).

Le quitter n'est-ce pas le précipiter au fond du goufre ?

Merci de m'avoir lue et de vos réponses éventuelles

LaChute - 01/08/2019 à 12h40

Hier j'ai dit que ça pouvait être une solution ....

Mais si tu me poses la question aujourd'hui, après avoir discuté jusqu'à minuit avec ma femme et une heure ce matin, je te dirai non ....

Je suis au fond du trou, elle me dit que je suis quelqu'un de formidable, exceptionnel, qu'elle ne veut surtout

pas me faire du mal, mais qu'elle n'a pas d'autres solutions que de me quitter, elle ne m'aime plus.

Elle ne m'aime plus tout simplement .....

Alors, ce matin, je suis en pleine déprime, je suis perdu, seul, mes pensées tournent en boucle, j'ai tout perdu et tout cela est de ma faute.

Mais je tiendrai aujourd'hui car ce soir on récupère nos enfants à l'aéroport, et je ne veux plus qu'il voient leur père ivre. Je vais certainement pleurer ....

titoun - 01/08/2019 à 14h47

Bonjour,

Je sais que c'est une maladie et qu'en dessous de son problème d'alcool il y a de la dépression, mais il a rompu tout dialogue, il refuse de continuer ses traitements et de retourner voir le médecin. Nous avons le même médecin et la dernière fois que je suis allée la voir elle m'a clairement dit que ça allait mal finir car il fait de l'hypertension et de l'apnée du sommeil et il ne se soigne plus, elle pense qu'il fait une sorte d'autosuicide.

Je ne peux plus cautionner plus longtemps et je pense que nous sommes dans une spirale et je suis convaincue aujourd'hui que si je reste il va continuer, alors je me dit que si je part il aura peut être le déclic de se battre pour ses enfants.

Oui il connaît le chemin de l'abstinence puisqu'il l'a déjà fait mais ça a été très dur, il ne voulait plus trop sortir pour ne pas être tenté, il refusait de me parler de sa cure et des causes possibles de son alcoolisme et moi je me sentais exclue, j'avais aussi je pense besoin d'aide pour me relever de tout ce qui c'était passé avant sa cure et à cette époque je n'ai pas trouvé le soutien dont j'avais besoin et pas les moyens financiers puisque toutes nos économies avaient été englouties dans l'alcool et les cigarettes car c'est aussi un gros fumeur (2 paquets par jour). Du coup je n'ai pas su gérer son après cure.

En tout cas j'espère Lachute que tu tiendras bon pour tes enfants et pour toi. Merci de ton témoignage.

bibdoule - 01/08/2019 à 17h13

@ La Chute

Je te souhaite vraiment "bon courage", je pense que tu traverses des moments très difficiles et que les risques de lâcher sont grands...

Les moments que tu vis sont très difficiles, c'est certain. Mais c'est difficile aussi pour ta femme.

C'est difficile de régler ce problème ; des 2 côtés..

Et le problème c'est qu'au final les 2 sont malheureux..

Bon courage à toi et tiens bon !

@ Titoun

Je te comprends vraiment.

Il y a 2 jours, j'ai carrément demandé à mon mari si c'était sa façon de se suicider...Je sais que le prendre de front n'est peut-être pas la solution.. Mais j'ai essayé de le prendre par les sentiments, lui dire que je m'inquiétais pour lui, qu'on l'aimait et qu'on ne voulait pas le voir malade, et cela n'a servi à rien.

J'ai envie de laisser tomber, mais je ne peux pas, c'est sa maladie..

J'ai traversé il y a 4 mois une période très difficile, et j'ai failli y passer si une opération n'avait pas eu lieu, alors que les médecins disaient que tout se réglerait sans intervention.. A 1 semaine près...

Bref, il a été présent dans ces moments-là, et il a assuré comme un chef !

C'est un homme formidable, qui assure avec les enfants, qui assure au boulot...

Mais j'ai l'impression qu'il est arrivé au bout...

Il ne pourra plus donner le change bien longtemps encore car le corps a atteint ses limites et montre ses faiblesses..

Je ne sais pas comment l'aider et ça me désespère.

Et comme sa femme l'a dit à LaChute : "C'est un homme formidable, adorable,....."

Bon courage à toi Titoun... J'ai l'impression que tu es également dans l'impasse ; la volonté de partir, mais la peur aussi de le faire...

Quelle que soit la décision ; elle est difficile à prendre, car elle affectera toute la famille.

J'ai l'impression qu'il n'y en a pas de bonne... il faut juste choisir la moins pire des deux pour tout le monde... En ce qui me concerne, je suis seule face au problème (il faut avouer que j'ai aussi tout fait pour le cacher) et c'est bien la première fois depuis 17 ans que je parle de ce sujet..

Lochris - 02/08/2019 à 00h14

Bonjour

Mon conjoint a 36 ans et est alcoolique depuis plusieurs années.

il boit en cachette ses boites de bières fortes et depuis 2 mois c'est pire, l'alcool la change il est de plus en plus agressif.

Tous les soirs quand je rentre du travail il est affalé dans le canapé incohérent, hagard,,

J'ai réussi à l'emmener au centre d'addictologie et une infirmière lui a expliqué les différents moyens pour arrêter mais il ne veut pas aller en cure,,

Elle m'a expliqué qu'il ne pouvait pas arrêter d'un coup, que ça pouvait être dangereux mais s'il ne veut pas aller à l'hôpital, quels sont les moyens qui restent pour le soigner?

Et aussi je n'arrive pas à comprendre comment on peut être «obligé» de boire? Quand on va retirer l'argent destiné à payer son loyer pour aller acheter des bocks et des cigarettes et qu'on les cache soigneusement, le cerveau est éteint?? Comment on peut oublier sa famille, à ce point là?

En fait ils se disent c'est pas grave notre compagne va tout réparer, elle va tout supporter, ,,??

Et les enfants qui voient les crises de colère, la violence, ils vont supporter aussi??

Je ne sais pas, c'est sûrement ma faute comme il le répète,,

Mais même si c'est ma faute je ne crois pas que ça lui donne le droit de traiter sa famille comme ça..

Je ne crois pas que ça leur donne le droit de nous traiter comme ça,,

Machou - 02/08/2019 à 07h42

Bonjour Titoun.

Je viens de voir ton premier message.

Tout d'abord, je te comprends parfaitement, je vie la même chose.

Saches que tu ne peux pas demander a un alcoolique de faire un choix en toi et l'alcool.

Il s'agit d'une maladie.

C'est comme si tu demandais a un cancéreux de choisir en toi ou son cancer. Absurde! On ne peut pas s'en débarrasser comme ça et il est évident que chaque malade répondra leur conjoint plutôt que la maladie.

Les conséquences pour les partenaires de vie sont terribles. Et je comprends ton désespoir et l'idée de quitter ton époux.

Je pense que personne ne devrait d'influencer dans ton choix. Il est propre a chacun et a chaque situation.

Saches que ton mari est probablement déçu de lui même d'avoir rechuté après tant d'effort. Il doit se sentir honteux et plein de culpabilité qui le conduit dans un cercle infernal de dépression.

Il ne veux plus de cure pourquoi? Probablement, qu'il a le sentiment que c'est un échec et que tout son monde s'écroule et qu'il n'a pas de solution. Il voit qu'il te fait souffrir et ça le tue de l'intérieur.

Peut-être pouvez-vous envisager une thérapie de couple pour éventuellement recréer le dialogue.

Le chemin est long. Il faut s'armer de patience. Moi, ça fait 13ans que j'analyse chaque situation de mon quotidien pour limiter les dégâts et souffrir le moins possible.

Tout ce que je peux te dire c'est courage.

Tu peux aimer la personne et dire seulement je n'aime pas ta maladie.

Il est difficile de quitter une personne qu'on aime.

Cathysurf - 02/08/2019 à 09h38

Bonjour,

Je suis nouvelle sur le site, mais hélas dans une situation compliquée depuis des années. Beaucoup des phrases que je vient de lire pourraient être les miennes.....

Je me rend compte que nous, accompagnants ou proches vivons des moments tres similaires.

Noius avons des pensées et des raisonnements tres similaires aussi. Et nous nous sentons honteux pour les même raisons.

Il y a quelques jours, j'ai demandé mon mari quel type de cercueil il voudrait....

Je connais comme vous ces heures d'attentes pour savoir s'il rentrera, pour savoir si c'est la police qui apelera ou l'hôpital....

Cela fait maintenant plus de 12 ans que nous vivons cela et je dirait que les 6 dernières années sont les pires.

La il s'est passé quelque chose, il est passé a la vitesse supérieure. Mon mari est un buveur compulsif; mais quand il boit, c'est des bouteilles les unes apres les autres. Toujours en cachette bien sur.

Il a fait un comas éthylique il y a deux semaine, et je ne sais plus quoi faire.

Comme vous j'ai tout essaye.

Comme vous j'ai aussi pense a le quitter - et comme vous je me dit que si il avait un cancer je ne l'abandonnerai pas....

Je suis seule devant ce combat, et je n'ai plus d'idée. Je me sens comme prise au piège et ne vois plus d'issue possible.

Il a fait des cures, il a prit du baclofene pendant 2 ans, il voit 1 psy toutes les semaines, il a essaye de voir une psy qui fait de l'hypnose contre l'addiction, mais il arrivait deja ivre chez elle.... il a teste plein de choses, mais rien ne marche vraiment et moi j'ai bien compris que la maladie est plus forte que la volonté....

Mais du coup la je me dis qu'il ne me reste qu'a regarder comme il continue de se détruire.....et attendre que la mort le libère....

Il n'y a qu'ici que je peux parler si librement, car je sais que vous qui vivez la même chose, vous me comprenez sans me juger....

Je me sens comme dans une bouteille fermée....

Et je ne sais plus quoi faire.....

LaChute - 02/08/2019 à 17h13

@Lochris

S'il n'y a pas de volonté du malade à se faire soigner, il n'y a pas de possibilité d'évolution et même avec cette volonté de traitement (je sais de quoi je parle), il peut rester une forme de déni, en se disant qu'on peut quand même boire et qu'on contrôle (c'est faux).

Si l'idée de la cure l'effraie, je crois qu'il y a des possibilités de sevrage en ambulatoire (c'est à dire, médicament + soins thérapeutiques) sans "enfermement". Mais là encore, il faut que le malade soit volontaire ....

Sur la fin de ton message:

"Et aussi je n'arrive pas à comprendre comment on peut être «obligé» de boire? Quand on va retirer l'argent destiné à payer son loyer pour aller acheter des bocks et des cigarettes et qu'on les cache soigneusement, le cerveau est éteint?? Comment on peut oublier sa famille, à ce point là?

En fait ils se disent c'est pas grave notre compagne va tout réparer, elle va tout supporter, ,,??

Et les enfants qui voient les crises de colère, la violence, ils vont supporter aussi??

Je ne sais pas, c'est sûrement ma faute comme il le répète,,

Mais même si c'est ma faute je ne crois pas que ça lui donne le droit de traiter sa famille comme ça"

Tu ne peux pas comprendre, parce que tu n'es pas dans la tête d'un alcoolique, et je sais de quoi je parle. Quand on est alcoolique, l'alcool et le besoin de s'en procurer passe avant toute chose, et structure nos journées, on ne pense qu'à ça. Bien sûr, on aime nos familles, nos enfants, nos épouses, mais l'alcool est plus fort, et il permet d'oublier aussi tout le mal qu'on fait. Il n'y a qu'une fois qu'on est abstinent qu'on se rend compte de ça. Sinon, on vit dans une bulle, dans son monde, organisé autour de l'alcool. Ça ne l'excuse pas (c'est bien lui qui porte le verre à la bouche), mais ce n'est pas une question de volonté ou choix. Et ne crois pas qu'il ne pense pas à vous (c'était en tout cas mon cas): tous les matins je me réveillais en me disant qu'aujourd'hui j'arrêtais, que c'était mieux pour ma famille, pour moi et pour tout le monde, mais ensuite, j'oubliais, guidé par le besoin de l'alcool et la bulle se reformait.

Quand à la question de la faute, c'est un classique aussi de l'alcoolique: rejeter la faute sur les autres, ou sur quelque chose d'autre, c'est plus facile pour déculpabiliser et de ne pas assumer.

Mais sache que ce n'est pas de ta faute, c'est lui le seul responsable de sa vie ....

Steffani06 - 02/08/2019 à 22h33

Bonjour à tous, j'ai 23 ans et mon père est alcoolique, malheureusement il est dans le déni... Ma famille a déjà tout essayé pour qu'il arrête de boire : les comprimés (qu'il jeté dans les toilettes) l'hôpital Pour se faire interné mais il arrive à s'enfuir enfin bon, toute la famille a baissé les bras ma mère va divorcer et mon frère ne lui adresse plus la parole. De plus il travaille dans le bâtiment et il s'est blessé à la jambe donc il tombe souvent à cause de l'alcool et refuse de se faire soigner la jambe . Je ne sais plus quoi faire je suis désespérée j'ai l'impression qu'il va bientôt nous quitter tellement son état se dégrade ...

J'ai l'impression de l'abandonner en baissant les bras mais c'est difficile d'y croire encore quand plus personne y croit...

Machou - 03/08/2019 à 08h45

Bonjour Cathysurf

Je viens de lire ton message. Je me reconnais complètement dedans. J'essaye de positiver mais franchement après la soirée que je viens de passer c'est difficile.

Mon mari était encore ivre hier. Je lui avait piquer sa CB cette semaine pour éviter qu'il ne rentre pas et passe ses nuits a déambuler je ne sais où, dans tous les bars qui croisent son chemin. J'ai dû aller le chercher après le boulot. Et oui sans argent, il n'a rien trouvé de mieux que de voler des bouteilles dans son travail.

Ce fut l'enfer pour le ramener a la maison. J'avais tellement honte. Les gens le regardaient dans le rer comme un paria. Et moi j'avais l'impression de leur inspirer de la pitié. Ho la pauvre, ça doit pas être facile. Et bien oui c'est insupportable, mais aidez moi a le lever au lieu de me devisager.

Enfin rentré, il m'a fait une scène pas possible, voulait sa CB pour sortir a nouveau. M'a fait pleurer a force d'insister. Épuisée, j'ai péti un plomb. Je l'ai giflé et ai réduit sa CB en miette.

Je ne sais plus quoi faire non plus. Je suis fatiguée. Je me demande ce que j'ai fais pour mérité cette situation. C'est un enfer quotidien. J'ai plus de solution non plus. Je suis seule a tout gérer. J'ai même pensé a me foutre en l'air hier. Heureusement, pour ma petite princesse je suis revenu a la raison.

Cathysurf - 05/08/2019 à 22h29

Bonjour Machou

Je lis dans ton message un désespoir immense. Cette incapacité a pouvoir ouvrir les yeux a ton époux.

Si je me prends le temps de t'écrire ce soir, c'est plutôt pour toi que pour lui!

Tu devrais essayer de prendre un peu de distance, tu dois TE protéger. Tu as aussi TA vie, sans meme parler de ton rôle de Maman et de ta petite Princesse.

Les proches des « malades » ont leur part de souffrance. Mais il ne faut pas que cela te pousse a bout au point de te demander si tu as encore envie de vivre. Bien sur que tu as envie de vivre.

Bien sur que cela te parait très difficile voir même insupportable....mais le vrai problème c'est ton mari qui l'a.

Et a toi de mettre TA limite jusqu' ou tu veux l'aider sans que pour autant cela te nuise autant.

Tu dois te mettre un mur de protection

C'est terrible de dire cela de la personne avec qui on a choisi de vivre...mais la il le faut!

Il faut absolument que tu cherches de l'aide. Pas pour lui. (Seul lui pourra faire cette démarche le jour ou il sera prêt...si, je vous le souhaite, un jour il le sera)

La je parle pour toi..

Je vois une psy depuis des années - sans elle je n'aurai pas réussi a prendre soin de moi (autant que possible) tout en vivant dans ces situations quelquefois irréelles...

Ta Princesse a besoin d'une Maman qui sache veillez sur elle-même....

Réfléchis-y....

Et toi ta vie tu n'as pas choisi de la détruire....lui oui.

Je pense honnêtement que même s'il y a maladie, il y a quand même un part de choix....

Les alcooliques se font ils aider pour ne pas perdre leur entourage? Leur famille? Leur boulot?

Rares sont ceux qui comprennent vraiment qu'ils doivent se faire aider pour soi meme. Et du coup rare sont ceux qui parviennent a être abstinents a long terme.

Je parle de généralités — il y a bien sur toujours des exceptions.

Courage a toi....

Et prends soin de toi!

LaChute - 06/08/2019 à 12h26

"Rares sont ceux qui comprennent vraiment qu'ils doivent se faire aider pour soi même. Et du coup rare sont ceux qui parviennent à être abstinents à long terme.

Je parle de généralités — il y a bien sûr toujours des exceptions."

C'est effectivement très juste, et ce que je commence à comprendre: l'alcoolique doit se soigner pour lui-même avant de penser aux autres.

Ce n'est pas de l'égoïsme, c'est juste la réalité.

Ma femme me répétait de nombreuses fois que si j'allais mieux, elle irait mieux et aussi toute la famille.

Or moi, j'entendais, je dois arrêter de boire pour ma femme, j'échouais, et je culpabilisais de ne pas réussir, et retour au premier point.

Avant de partir hier en vacances avec les enfants, elle m'a répété que je devais prendre ma vie en main, faire des choses pour moi et pas pour les autres, faire ce qui me faisait plaisir avant de rechercher à faire plaisir (et quelque part en attendre une forme de reconnaissance ...).

Je dois apprendre à vivre ma vie, décider, mais seul ...

Hier, ça fait 3 mois que je suis abstinente, j'essaye de le faire pour moi même si j'ai du mal à ne pas mettre mes enfants et ma femme dans la balance, mais chaque jour j'essaye de progresser et de maintenir le cap.

Elle ne m'aime plus, n'a plus de sentiments pour moi et ne veut plus vivre avec moi tout simplement. J'essaye de l'accepter (mais c'est dur) et défaut, de la respecter en tant que personne, et cela passe par respecter son choix.

Je ne sais pas ce que demain sera fait, mais ce que je sais, c'est que l'alcool ne m'aidera pas.

Bon courage

Cathysurf - 20/08/2019 à 19h12

Bonjour « LaChute »

J'ai répondu une première fois à ton dernier message, mais hélas il semble qu'il y ait eu un soucis technique, donc je recommence.

Ce que tu vis, et ce que ta famille vit, est très similaire à ce que nous vivons depuis des années. C'est une spirale infinie et épuisante. Tant pour toi que pour ton entourage. La grande différence est que l'entourage n'est pas dans le déni, l'entourage subi toutes les phases de la maladie.

Ce n'est pas sûr, que ta femme ne t'aime plus, mais elle a tout essayé. TOUT. Tout ce qui est en son pouvoir. Et elle a compris que ça n'a pas suffi et que seul toi peux t'aider vraiment. En te quittant elle sauve sa peau. C'est très dur de devoir reconnaître qu'on doit quitter son mari pour ne pas coller avec lui, ou à cause de lui...ou plus précisément à cause de sa maladie. Mais quand il n'y a plus d'autre option..... C'est la seule qui reste !

Les mots qui sortent de ta bouche ne sont plus crédibles, elle les a trop cru, et à chaque fois elle voulait te redonner une chance...et à chaque fois, cela n'a pas marché. Il a fallu que vous passiez par cette séparation pour que tu prennes conscience de ce qui t'arrive....

En réalité elle te fait 1 cadeau merveilleux. Elle te donne la chance de pouvoir t'en sortir. Elle a réussi à te faire sortir du déni. Et à te donner la force pour que tu t'occupes de toi.

Je reconnais que c'est très dommage que cela n'ait pas eu lieu avant, car cela t'aurait permis de ...ne mettons pas de suppositions dans l'histoire. La réalité est telle qu'elle est, et si tu es sobre depuis maintenant presque 4 mois, c'est juste fabuleux non ? Bravo.

Rien n'est jamais gagné, mais la se sont des pas de géants que tu as fait.



Je suis TRES heureuse pour toi – je suis sincère. Tous les mots que tu as écrit pourraient être écrits par mon mari, sauf que lui n'est pas sorti du déni. Il reste bloqué entre ce stade de « je continue de faire comme si tout allait bien » et ce stade de « j'ai vraiment besoin d'aide » ; Mais ne franchis pas le pas.

Rien n'y fait.... Ni le coma éthylique, ni 1 nuit en prison, ni la presque perte de sa femme et de ce qui était un jour une belle famille. Il est dans la destruction.

Et je suis au même stade que ta femme.... Ma vie est devenue un enfer à cause de tout ça. Des heures à l'attendre, à trembler parce qu'il prend le volant dans des états totalement inconscients, et j'en passe. Lui quand il arrive à rentrer, semble bienheureux et me ment tout le temps. Pourquoi devrais-je encore continuer à m'infliger cela si sa volonté ne lui permet pas d'avancer ?

Je ne sais pas ce que je dois faire, mais saches que tu as fait 1 pas énorme sans vraiment t'en rendre compte.

Voilà – continue à faire la paix avec toi-même, et continue à résister, fais toi aider, les professionnels des centres d'addictologie sont fabuleux. Ils t'aideront à apprivoiser les angoisses, les faiblesses et surtout à retrouver la confiance !

Courage

Cathysurf - 20/08/2019 à 19h25

Bonjour « Steffani06 »

J'ai répondu une première fois à ton dernier message, mais hélas il semble qu'il y ait eu un soucis technique, donc je recommence.

Tu as l'âge de ma fille, qui vit la même chose que toi.... A la différence que la plupart du temps elle est loin, car elle fait ses études à 800km !

Saches que tu n'abandonnes pas ton père.... Saches aussi que ni ton frère ni ta mère ne l'ont abandonné. Ils ont tout essayé, tout ce qui est en leur pouvoir pour essayer de l'aider. La réalité est que PERSONNE à part ton père lui-même ne peut l'aider.

Même si c'est de la torture pour toi de voir ce qu'il vit, ce qu'il s'inflige et ce qu'il vous inflige, il est le seul à pouvoir changer les choses.

Certaines personnes ne sortent jamais du déni, d'autres y arrivent sans vraiment qu'on sache quel sera le déclencheur.... Et crois-moi, à ton âge tu ne devrais pas passer ton temps à te demander comment tu vas pouvoir le sauver....tu devrais pouvoir passer des moments avec tes copines, tes amis, et profiter des belles choses de la vie.

Je comprends ta détresse. Je vis la même avec mon mari depuis des années.... Mais apprends à vivre égoïstement pour toi...lui c'est ce qu'il fait....

Et ne juge pas les réactions des autres. Chaque être humain a sa propre identité. Et certains s'en sortent mieux en se battants, d'autres en ignorant les choses. Chacun se protège comme il peut. Personne n'est vraiment préparé à vivre ce type de situation. Ni les malades, ni leur entourage !

Peut-être même qu'en laissant faire ton père, il aura 1 situation qui lui donnera un déclic...ou pas. Mais j'insiste vraiment sur le fait de TE PROTEGER. Et peut-être qu'il serait même bon pour toi que tu te confies à 1 psy, afin de ne pas porter tous ces tourments toute seule.

En tous cas, courage à toi.

Et vis ta vie. Lui a choisi pour le moment de se détruire, tu n'es pas obligée de faire le même choix ! Et cela ne veut pas dire que tu l'abandonnes pour autant !

LaChute - 21/08/2019 à 11h32

Bonjour Cathysurf,

Merci pour ton message dans lequel je reconnais exactement la même situation que nous avons vécu, en tant que couple, et moi en tant qu'alcoolique.

Je suis moi aussi resté longtemps entre ces 2 phases: J'étais suivi, traité, mais je continuais à boire, malgré les coups de semonces, la perte de mon boulot, les soirées gâchées ....

Il faut effectivement un moment donné avoir le déclic, et je pense que cette fois-ci, il s'est produit en moi. Je n'ai toujours pas retouché à l'alcool, je termine 2 semaines de congés chez mes parents sans avoir bu, ce qui ne m'était pas arrivé depuis .... je ne me rappelle plus... 20 ans ? C'est pas grand chose comparé à 10 ans d'alcoolisme mais c'est une petite victoire, et la vie est faite de petite victoire.

Je commence à réaliser les changements qui s'opèrent en moi, l'envie de faire des projets pour moi, ou avec mes enfants, de s'occuper de moi (j'ai déjà commencé à récupérer physiquement en faisant régulièrement du sport): c'est une sorte de renaissance.

Je reste vigilant, car je sais que dans l'adversité, la tentation se présentera: j'ai prévu à mon retour l'accompagnement nécessaire CAPSA/Psychiatre, Psychologue, groupe de parole et réunion AA; Je suis même en train de me renseigner pour faire une post-cure (qui a lieu hors alcool après sevrage), pour ré-apprendre à vivre, car ce n'est pas toujours simple de se retrouver dans la vie réelle.

Même si je regrette ma situation, que je respecte la décision de ma femme, j'ai mal. Néanmoins, je dois avouer qu'elle vient peut-être de me sauver la vie ! Je lui prépare d'ailleurs une lettre lui expliquant qu'elle ne doit pas culpabiliser, qu'elle a fait tout ce qu'elle a pu pour m'aider et qu'elle ne doit pas s'en vouloir, que l'alcool est MON problème et que je suis bien le seul à pouvoir agir, que je vais faire le maximum pour m'impliquer dans la vie de famille, même si nous vivons pas ensemble ...

Donc, concernant ta position, je pense maintenant avec un peu de recul la comprendre d'avantage, et je te dirai que tu ne dois pas culpabiliser, ce n'est aucunement de ta faute (même si ton mari peut le dire ou suggérer parfois): tu dois te protéger, vivre pour toi et le laisser réaliser seul qu'il n'y a pas 36 solutions mais qu'une seule: l'arrêt de l'alcool et l'abstinence ! C'est dur à accepter mais d'autres ont réussi.

Sur un autre forum assez actif et sympathique, il y a une section co-dépendant: ce sont les conseils qu'on donne. Il est aussi conseillé de pratiquer le détachement, c'est à dire, de tenter de plus se préoccuper des problèmes d'alcool de l'autre, de n'accepter de discuter que lorsque l'autre est sobre, de lui dire qu'on est là pour le soutenir, mais qu'on ne souhaite plus vivre à travers son problème, de se ménager du temps pour soi, des sorties ...

Je ne sais pas si cela pourra le faire réagir, mais au moins, ça te protégera un peu !!

Quand à savoir s'il faut que tu le quittes ou non, seule toi a (ou aura) la réponse, dis-toi juste que quelque soit celle que tu choisis, ce sera la bonne pour t'aider et peut-être l'aider.

Bon courage et n'hésites pas si tu veux échanger

Machou - 22/08/2019 à 23h45

Bonsoir,

Je lis vos messages et ça cela me fait du bien. Je me sens moins seule dans mon quotidien. A cette heure ci, je suis enfermée dans ma chambre pendant que mon mari vide sa bouteille dans le salon. Ça me rend folle de

rage. Mais bon j'accepte car je préfère qu'il soit a la maison plutôt que dehors je ne sais où et qu'il ne rentre pas. Mais j'y arrive pas. J'ai la boule au ventre. Tous les souvenirs d'ivresse remontent. Même l'odeur de son vin rouge m'insupporte. Elle est où l'époque où il a arrêté durant 1 an. J'ai l'impression que ça n'arrivera plus jamais. Il a fait une cure dernièrement (la 2eme) et a tenu 3 mois. Et voilà c'est reparti pour une vie d'enfer et d'angoisse, de disputes et de je comprends. Je n'en vois pas le bout. Fort heureusement, ce n'est pas tous les jours mais quand ça vient c'est incontrôlable. Il ne s'arrête plus. J'ai face a moi un homme que je n'aime pas et pourtant je l'aime tellement. Ça paraît dingue. Comment peut-on aimer aussi fort et être aussi dégoûté. Je vais jamais y arriver. C'est trop dur de voir la personne qu'on aime le plus au monde se détruire. Et pourquoi??? Tout va bien dans notre vie. Je comprends pas. Je crois que je comprendrais jamais. Je suis condamnée a vivre ça. C'est ça ma vie??!! Comment fais-tu «La chute» pour tenir un discours pareil avec tant d'espoir et de bonnes résolutions? Vraiment félicitations!! Je suis vraiment fièvre de toi même si on ne se connaît pas. Je te tire mon chapeau. Courage dans ton combat. Je souhaite vivement que tu y arrives. C'est une lutte pour la vie. Et pour nous les co-dépendants c'est aussi une lutte pour la vie ou un bout de vie pour ceux ou celles qui n'y arrive plus. Moi ça fait 13 ans. C'est long 13 ans. Mais j'arrive pas a le quitter. L'amour est une folie!!

sacomi - 24/08/2019 à 01h07

BONjour connaissez Vous l'association Les "al anon" cela pourrais vous aidez à comprendre la maladie Qu Est l'alcoolisme.Cette association Est Pour Les personnes vivant avec des alcooliques .Vos témoignages m'ont touché Et donné l'envie de rester abstinente.Le plus important c'est De Ne Pas Prendre le premier verre c'est celui qui entraîne tous les autres.Accepter De l'aide association forum psy medecin Car seul c'est tres Dur De s'en sortirMais c'est vrai qu'il faut que Ca vienne De La Personne atteinte,J'ai longtemps cru pouvoir gérer.Combien De promesses n'ont tenues une fois Ce premier verre ingurgité .Ce sentiment de honte Et de culpabilité au réveil le lendemain.C'est une sale maladie qui détruit .En tous cas Je vous souhaite une vie meilleure loin de ce poison Et Merci Pour Vos témoignages poignants.