

UN ENGRENAGE QUI S'INSTALLE PETIT À PETIT...JE VEUX SORTIR DE CE CERCLE VICIEUX...

Par [Profil supprimé](#) Posté le 18/12/2019 à 12h32

J'ai 44 ans bientôt 45 ans et je suis, il me semble quelqu'un avec la tête sur les épaules. Je me remet souvent en question et j'ai la faculté d'être consciente de mes actes et de pouvoir prendre du recul face à des situations difficiles.

Cependant, je vis depuis 20 ans avec une personne qui boit beaucoup et qui maintenant fume du cannabis en grande quantité. Tout cela le soir, à partir de 19h30.

Son comportement change, d'un soir à l'autre, en fonction de la journée qu'elle a passé. Parfois très agressive après sa prise d'alcool intensive, parfois hyper amoureuse mais avec un comportement décousu, parfois complètement taciturne.

Je crois que je l'aime malgré tout car quand il n'y a pas de prise, c'est un homme en or avec ses travers évidemment, mais qui n'en a pas!!

Je gère beaucoup beaucoup de choses à la maison en plus de mon travail à l'extérieur. J'ai deux enfants qui font de nombreuses activités et moi-même, je fais partie d'associations culturelles et je m'investis également dans des groupes de parents d'élèves. Je suis donc bien occupée mais j'ai besoin de ces activités pour me sentir utile et surtout pour ne pas avoir à supporter les différents états de mon homme.

Il m'est donc de plus en plus difficile de supporter cet état et je me suis rendu compte que depuis quelques années, je consommais de manière excessive certains soirs avec lui, d'abord un apéro ensemble, puis une bouteille de vin au repas, sous couvert de discussion, bue petit à petit. Dans ses moments-là, la soirée se déroulait dans un climat plutôt festif, agréable, comme si on se découvrait une connivence, un point commun...puis je me suis rendue compte de ce que je faisais et cela m'a fait horreur. Je me trouvais lamentable, faible d'user du prétexte du verre d'alcool pour arriver à supporter la soirée avec lui.

Aujourd'hui, je ne bois pratiquement plus avec lui mais il m'arrive parfois d'aller prendre un verre, deux, trois, quatre, en cachette de son regard, souvent juste avant de dîner, mais jamais après, de façon à pouvoir me détacher de ses réflexions, de son comportement.

Si je le fais, c'est pour pouvoir supporter ses paroles, ses avances qui me font peine et horreur quand je suis à jeun et que je refuse, ce qui engendre des conflits assez difficiles à supporter vu que toute discussion est impossible lorsqu'il est dans cet état. Je pense qu'il m'aime et qu'il aime quand je suis près de lui et que je fais attention à lui mais parfois c'est au bout de mes forces, donc je m'aide à ma manière.

J'ai pris conscience de cette état de fait il y a quelques mois, me disant que j'étais sûrement tombée dans une forme d'addiction et qu'il n'est pas encore trop tard pour changer et sortir de cette habitude qui n'en a pas encore une mais qui me fait peur car j'ai vraiment parfois cette envie incontrôlable de prendre un verre pour supporter cette situation..je me fais horreur et je ne veux pas aller plus loin dans cette habitude, pour mes enfants, pour moi, pour ma santé...

Une des solutions serait que je le quitte mais mes enfants ont besoin d'un papa, surtout qu'il est en train de perdre lui-même le sien et que je ne peux pas le laisser seul car je sais qu'il s'enfoncerait encore plus dans ses addictions.

J'essaie d'être forte, d'avoir la tête sur les épaules mais je ne peux pas en parler autour de moi car j'ai honte pour lui, pour moi (peut-être suis-je trop orgueilleuse également et que je me dis que je peux m'en sortir seule) mais peut-être de l'aide du côté du forum me permettrait de me sentir moins seule et si je dois être tenté à nouveau, pouvoir me plonger dans des messages de personnes qui vivent la même chose que moi me permettrait de ne pas flancher...

Merci