

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### FRUSTRATION

---

Par Tchi Posté le 14/01/2020 à 12h10

Bonjour

Je viens parler ici car mon copain est actuellement en sevrage de sa propre initiative. Ca se passe très bien pour lui, le médecin est content de l'évolution.

Mais moi je suis complètement perdue. Je me sens démuni par cette situation. Je le vois déprimé et entend que c'est normal mais rien ne se passe pour l'aider. Il continuera son suivi en asso après mais je trouve que c'est pas assez. Je suis très frustrer car je n'arrive et ne peut rien faire.

Je suis la c'est bien je tiens mon rôle. Mais je le vois et il le sais, il est tout mou, n'a envie de rien, ces yeux sont complètement éteints... Oui ya le traitement.... Mais moi ca me rend dingue....

J'ai pas vraiment de question, juste besoin de discuter avec des gens qui ont peut être trouver comment gérer la situation.

Voilà désolé si ya des fautes et merci a ceux qui me lirons

### 1 RÉPONSE

---

Québécoise - 14/01/2020 à 16h17

Bonjour Tchi, je te comprend qd mon chéri essaye de moins boire, il tremble, il est silencieux, comme toi je le sens mal. Ca prend du temps, c'est des hyper-sensibles qui sont habitués de s'auto-médicamenté, sans ordonnance. Avec un dépresseur, l'alcool calmait l'ouragan intérieur. Ces hyper-sensibles n'ont pas appris à gérer leurs extrême sensibilité. Qd ils arrêtent ça fait beaucoup.

Mais avec le temps il va se sentir libéré. Toi aussi, tu as p-e besoin de support. On est des très sensibles aussi 😊 et c'est pour ça que tu le ressens autant. Ne le prend pas en pitié, il est fort et sur la bonne voie.

Essai d'être bien, je sais que c'est pas évident 😊 occupe toi, essaye d'avoir un ton neutre. Les émotions perçues peuvent brouiller le message. C'est merveilleux, je t'envies. Vous êtes entraînés de monter la montagne, vous ne faites pas juste la regarder. C'est fatigant mais vs allez bientôt voir, comme c'est beau la vie 😊  
X

---