

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

VOUS ÊTES CONFINÉ AVEC UN PROCHE QUI BOIT, COMMENT ALLEZ-VOUS ?

Par [Moderateur](#) Posté le 03/04/2020 à 16h14

C'est difficile ? Ne restez pas seul.es, partager vos difficultés, vos idées pour les surmonter, vos réflexions. Exprimez vos besoins.

Ça se passe plutôt bien ? Partagez ce qui se passe, cela peut aider les autres.

Même chacun chez soi, en parler c'est avancer.

10 RÉPONSES

[Aybel](#) - 05/04/2020 à 06h46

Bonjour,

Un message un peu désespéré suite à l'alcoolisme de mon conjoint. Un alcoolisme inexistant selon lui, car pas quotidien. Depuis le début du confinement, il bois deux nuits par semaine (un bois 10/15 bières en jouant au jeu vidéo et se couche à 6H ou 7H le matin). La journée, il ne me parle presque pas, il joue tout le temps, il ne s'occupe de rien.

Nous avons une petite fille de 11 mois, il ne lui donne aucun repas, ne joue jamais avec elle. C'est incroyable. Comme si le confinement accentuait ses faiblesses déjà présent dans notre vie de base.

Que faire ? A qui parler ? Je dois tout faire à la maison, m'occuper seule de notre fille, de la maison, des chiens, des repas. Lui il ne fait rien, il bois et en plus il essaye de me le cacher en allant acheter soi disant du pain... Mais il achète des bières, les cache dans sa voiture et attende que j'aie me coucher pour les sortir.

Je suis si triste, nous sommes jeunes, (29 ans) , j'ai essayé de lui en parler, de nombreuses fois, en lui proposant gentiment de l'aide, de se faire suivre. Je me suis énervée parfois, j'ai tout essayé ..

Je vie extrêmement mal ce confinement, avec lui, c'est dur, très dur. Je ne peux rejoindre ma famille car ce n'est pas une raison valable. Que me conseillez-vous ?

PS : cela dure depuis des mois, et c'est accentué depuis l'arrivée de notre fille et le confinement encore plus.

[Souffle](#) - 05/04/2020 à 09h37

Malgré tout l'amour que j'ai pour lui j'ai réussi à l'éloigner de la maison. Il se dit pestiféré je lui répond juste que en cette période de confinement je ne peux pas tolérer ses aller et venue tout les jours... effectivement il prétexte tout les jours des courses pour aller s'acheter du vin. Nous avons la chance de pouvoir vivre aussi sur un petit bateau. Il souffre de cette séparation, moi aussi, mais je résiste quand même car les soirées étaient trop électriques !

[Aline_1979](#) - 05/04/2020 à 21h52

Je vis avec un alcoolique, nous avons 2 enfants, jeunes 6 ans 4 ans.

C'est un très bon papa, il fait un métier exigeant et difficile (personnel hospitalier) surtout en ce moment.

Confinement ou pas, ce qui est difficile ce sont les mensonges encore et encore, les promesses (jamais tenues bien longtemps) .

Nous n'avons plus aucune vie de couple. Il dort sur le canapé depuis des mois, et ces mensonges l'enfoncent toujours plus.

Je reste parce que je me sens complètement coincée dans cette situation.

Si je pars, il va s'enfoncer, et il est hors de question que je le laisse un weekend sur 2 seul avec les enfants.

Je n'ai plus aucune confiance en lui. Pour moi, c'est quelqu'un de faible. Je n'ai plus aucune estime pour lui. Il sait d'où viennent ses problèmes, mais ne fait rien pour s'en sortir. Il a vu notre médecin généraliste 2 fois, il y a 5 ans, et une psy /hypnothérapeute, pareil, 2 fois et c'est tout.

Il ne va jamais au bout des choses.

A part dans ses excès, d'alcool, de jeux, de marijuana. (et oui, la totale!!)

Il a littéralement foutu ma vie en l'air. Et n'a pas trop l'air de s'en rendre compte.

J'ai l'impression qu'il se complaît dans son malheur. Mais moi je ne le plains pas, je le plains plus. Il me désole.

Bref, ce n'est pas un message très encourageant/joyeux, mais voilà, je me dis que j'avais tout pour réussir, que je me suis sacrifiée à bien des égards pour lui, et que je me retrouve à 40 ans avec une vie de merde, à vivre avec un ivrogne.

La seule chose belle dans ma vie, ce sont mes enfants.

Bonne soirée

[Kinoua](#) - 05/04/2020 à 23h12

Bonjour,
Mon mari boit tous les jours dès le matin des alcools forts de préférence whiskey ou pastis . Il a arrêté sans aide durant 2 mois et demi suite à un retrait de permis de 6 mois. L'échéance du contrôle sanguin pour la visite médicale de restitution de permis a été à l'origine de cet arrêt. Je lui avais acheté des vitamines en pharmacie après avoir demandé conseil pour l'aider dans le sevrage, vitamines qu'il n'a jamais prises, à part 1 fois.
Durant cette période, il a été très calme, introverti, a repris une hygiène de vie avec notamment une prise de repas régulière. Il a récupéré son permis et une semaine après il a repris l'alcool. Depuis il ne s'arrête plus, ne mange plus régulièrement. Il commence une autre addiction :le jeu vidéo. Il ne jouait pas du tout jusqu'alors. Le confinement n'aide pas mais il y a pourtant des choses à faire dans une journée....
Quand il a recommencé, je lui ai signifié qu'il était sur une pente glissante, sujet qu'il l'a agacé et qu'il a évincé.
Il peut être particulièrement désagréable, dénigrant, provocateur.
Pour ma part, mes réactions sont de faire ma vie, de faire les choses que je dois faire et pas celles que je n'estime pas à faire malgré parfois ses injonctions. Il boit, il fait son choix (même si je pense qu'il ne s'agit pas d'un vrai choix mais il ne choisit pas de se soigner ni de se faire aider...), et il faudra qu'il assume les conséquences car il y aura forcément des conséquences.
Une de ses filles, jeune ado, a coupé les liens avec lui à cause de cette problématique mais cela ne lui a pas permis une prise de conscience suffisante.
Il a pu dire qu'il était alcoolique. Il a pu dire ou plutôt me reprocher de ne pas l'aider à ne plus boire (perso je ne bois pas et n'achète jamais d'alcool).
N'hésitez pas à partager vos points de vue, ressenti, expériences.
Mon sentiment de solitude est important et je me questionne toujours sur comment l'aider, comment me protéger ?
Merci de m'avoir lue jusqu'ici

Ninotchka - 06/04/2020 à 01h21

Hello à tous,

J'habite dans un petit deux-pièces à Paris avec mon copain alcoolique. Le confinement s'annonçait complexe : on travaille tous les deux dans l'événementiel, on a littéralement plus de travail et aucune aide. Comme d'habitude je suis l'optimiste du couple et j'ai inventé plein d'activités sympas, organisé les apéros en visio, rangé/nettoyé tout l'appart tandis que lui, sa priorité absolue a été de se précipiter au supermarché non pas pour stocker des pâtes mais des cubis de vin.

La situation l'angoisse, comme tout le monde, et du coup sa consommation commence à vraiment devenir hors de contrôle : on a instauré une règle, il peut commencer à boire à partir de 17h (pour éviter qu'il boive en journée), sauf que du coup il enchaîne et il ne sait pas s'arrêter. Il se relève même parfois la nuit pour se faire un petit verre !!

Déjà source de tension entre nous, son alcoolisme devient vraiment pesant avec le confinement. Il est désagréable et on s'engueule dès qu'il boit trop ou quand je lui fais des remarques... Difficile de passer à autre chose quand c'est tous les jours la même chose et qu'il est quasi impossible de commencer un parcours de soin dans ces conditions.

Bon courage à tous.tes dans cette épreuve du feu, prenez soin de vous... On compte les jours !

patricem - 06/04/2020 à 17h34

@Kinoua

Bonjour,

je ne suis pas médecin donc mes dires sont à prendre avec précaution : les vitamines pour un alcooliques (B1 et B6 de mémoire) ne sont pas là pour le sevrage mais pour protéger le cerveau de la malnutrition. Cela n'avait que peut de chance de le guérir, excepté limiter des complications ultérieures.

"Il a pu dire qu'il était alcoolique" : c'est déjà cela. Si cela est sincère. C'est à lui de faire les pas suivants, mais pas facile dans ce contexte : addictologue, psy, groupe de parole, cure/postcure. Voir les quatre à la fois. Tout ce qu'il vous reproche ne sont que des excuses, même s'il n'en a pas conscience, pour refuser d'accepter son état.

Vous ne pouvez pas faire les choses à sa place. Si je ne me trompe pas, une suspension de permis de 6 mois entraîne une deuxième visite au bout d'un an après la remise d'un permis temporaire. Peut être que les efforts à faire pourront aider (les gamma GT montent très vite, les faire redescendre, cela peut être une autre paire de manche).

Des groupes comme les AI Anon peuvent vous accompagner. Les CSAPA aussi. S'il prend le volant en étant bourré, n'hésitez pas à contacter les forces de l'ordre, histoire de ne pas être jugée coresponsable.

@Ninotchka

Apparemment, certains CSAPA sont encore ouverts. Des psys pratiquent l'audio et la vidéo conférence pour éviter la contamination. Je ne sais ce qu'il en est des addicto hospitaliers. Bref, il y a moyen en théorie de commencer quelque chose. Mais lui, a-t-il accepté qu'il avait besoin d'un suivi ?

Cdt,

Patrice

Québécoise - 07/04/2020 à 03h32

Wow le confinement ! J'ai beau avoir bin de la patience , laaa ces crisettes de jeune ado de 44 ans .

Holaaaa

Comme on dit ici

Ca va bien aller
X

Moderateur - 07/04/2020 à 11h49

Bonjour Aybel,

Vous semblez avoir deux enfants à la maison malheureusement.

Dans son comportement de boisson nous comprenons qu'il cherche à vous le cacher alors que vous savez ce qu'il fait. Y aurait-il moyen de réguler cela autrement ? Qu'il consomme ouvertement à la maison ? Cela permettrait peut-être qu'il soit un peu moins dans le déni et donc de mieux en parler.

Les Alcooliques Anonymes ont une "prière" dite de la Sérénité que je vous livre ici :

« Mon Dieu, donnez moi la sérénité d'accepter
les choses que je ne peux changer,
le courage de changer les choses que je peux,
et la sagesse d'en connaître la différence. »

Vous ne résoudrez pas son problème d'alcool mais que pouvez-vous changer pour mieux vivre ce confinement de votre côté ?

Parmi les aides que vous pouvez recevoir vous pouvez vous tourner notamment vers l'association Al-Anon qui organise des groupes de parole, par téléconférence en ce moment, pour les proches des personnes ayant un problème d'alcool. Nous avons rédigé un article qui en parle : <https://www.alcool-info-service.f...raide-continue-durant-le-confinement>

Par ailleurs vous pouvez aussi en parler avec nos écoutants ! N'hésitez pas à appeler notre ligne au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé, 7j/7 de 8h à 2h) ou par chat (clavardage) sur ce site tout au long de la journée.

Nous savons qu'il peut y avoir beaucoup de difficulté à en parler autour de soi. Le problème du conjoint fait partie de l'intimité et on peut parfois en ressentir de la honte. Cependant c'est aussi généralement positif d'en parler et c'est ce qui ouvre des portes pour résoudre les problèmes et faire avancer les choses. Aussi déjà nous vous remercions d'avoir bien voulu en parler ici. Merci pour votre confiance. Nous vous encourageons à poursuivre cet effort. Ici mais aussi auprès de vos proches de confiance ou encore à votre médecin.

Cordialement,

le modérateur.

Amelierandy - 21/04/2020 à 19h52

Bonjour à tous ! Mon conjoint boit depuis plusieurs années je pense ...

quand je m'en suis rendu compte il a accepté de se faire soigné ! Sevrage vitamine etc ...

mais je pense comme beaucoup il n'as pas supporter le confinement ... j'ai trouver des canette de bière un peut partir dans remise et garage ... il me dit que beaucoup date d'avant mais oui il c'est remis à boire .. il ma donner sa carte bleu pour éviter d'acheter ... oui il fait des efforts oui il boit pas à outrance ... on a une vie nOrmal ... mais il a 3 enfants et moi deux ... je ne suis pas sûr de vouloir me contenté de sa ...

je suis pet être trop exigeante mais je ne suporte plus quans il est susceptible ... ou se renferme quand j'ai besoin d'être rassuré ... je suis triste ! Et pourtant je suis une jeune femme patiente ... pleine de vie ...

j'ai peur que se sois un combat à vie

Chocolatnoir - 05/05/2020 à 16h30

Bonjour à tous,

Heureuse d'avoir pu enfin m'inscrire sur le site après plusieurs essais infructueux.

Je suis confinée avec un conjoint qui est un très gros buveur. Ancien barman, de nature très angoissée et stressée, habitué au monde de la nuit, il a toujours entretenu avec l'alcool des rapports compliqués et excessifs. Mais depuis quelques années, il est passé d'une consommation festive « pour décompresser » à une consommation quotidienne et habituelle. C'est sa rupture douloureuse avec une ex-compagne infidèle en 2016 qui a précipité cette chute car il a, à ce moment-là, fait une très sévère dépression et sombré dans la boisson, tout ça accompagné de prise d'antidépresseurs et d'anxiolytiques. Il est également resté sans travail pendant deux ans et a sombré dans un quotidien passif où il se terrait dans le noir toute la journée en buvant. Je rentrais du travail le soir vers 20 heures et je le trouvais déjà bourré. Je précise qu'il est toujours sous traitement d'anxiolytiques.

Depuis que nous habitons ensemble, j'ai tout fait pour le soutenir et l'inciter à se soigner. En octobre dernier, il a fini par trouver du travail dans une entreprise qu'il adore. Cela avait enclenché chez lui une motivation que mon amour et mon soutien n'avaient pas réussi à lui insuffler : il avait fortement réduit sa consommation d'alcool, ne buvait plus pendant la journée et très peu le soir en semaine, et il a même fait la démarche de suivre une thérapie avec un psychiatre pour soigner ses angoisses. Tout semblait être sur la bonne voie pour une amélioration du quotidien.

Mais c'était sans compter sur le confinement. Sa boîte étant fermée, il est privé d'activité pendant que moi, je suis en télétravail. La privation de travail couplée au stress de l'enfermement la fait retomber dans ses travers, et c'est infernal pour moi, qui suis 24 heures sur 24 à la maison avec lui. Il consomme quasiment un litre de boisson anisée en 24 heures. Il se lève à midi, se sert directement un verre, et il enchaîne les verres à vitesse grand V sans même prendre de repas. Résultat, il commence à tituber vers 16 heures, est carrément bourré à 18 heures et s'endort ivre mort à 20 heures, et ça, de façon récurrente. Il ne se lave même plus tous les jours, la semaine dernière il est resté 5 jours sans prendre de douche... Il se laisse complètement aller dans ce comportement autodestructeur. Parfois, il insiste pour sortir et prend le volant en ayant bu. Parfois, il insiste aussi pour faire la cuisine, renverse tout et il me fait peur quand il manipule le gaz...

Il n'est pas du tout agressif à mon égard mais ses discussions deviennent incohérentes et il s'énerve quand je ne réponds pas ou quand je l'engueule parce qu'il a trop bu. Il a toujours une excuse pour boire davantage et il refuse d'entendre qu'il est alcoolique. Une fois, j'ai même contacté ses parents pour leur expliquer la situation et il m'en a voulu pendant plusieurs jours.

Je ne sais plus quoi faire mais le confinement a été, pour moi, le révélateur de cette situation qui ne peut plus durer. Nous avons de nombreux projets, notamment celui de fonder une famille, mais je refuse d'avoir un enfant avec un individu qui n'est pas capable de se prendre en main et qui s'autodétruit. Je suis désabusée. Notre vie sociale est affectée son alcoolisme, surtout la mienne car mes amis se sont rendu compte qu'il a un problème avec l'alcool et que j'en souffre ; je n'ose donc plus les inviter à la maison de peur que ma soirée soit gâchée par son comportement. Les voisins commencent également à se rendre compte qu'il boit, les caissières du supermarché du coin le voient tous les jours acheter sa bouteille de pastis (oui, il trouve tous les jours un prétexte pour sortir malgré le confinement pour aller acheter une bouteille, qu'il paye avec l'argent de notre compte joint, une partie de mon argent est donc également englouti dans cet alcool...).

Notre vie de couple en a pris un coup et notre vie intime également. Petit à petit, je n'accepte plus qu'il me touche alors qu'il est ivre et je ne prends aucun plaisir à avoir des rapports intimes avec un homme qui ne tient même plus debout. Il sent ce rejet mais refuse de l'imputer à l'alcool...

Je ne sais pas ce que va devenir notre couple après le confinement. Mais j'ai peu d'espoir de pouvoir continuer ainsi, car je suis si fatiguée et je ne veux pas qu'il me tire vers le bas...
