

## COMMENT GÉRER LES MENSONGES DE MON CONJOINT

Par Amand\_iine Postée le 27/10/2020 14:12

Bonjour, Je vous écris aujourd'hui par désespoir... Pour faire une présentation assez « rapide » : mon conjoint a 29 ans et a déjà pas mal de passé avec la justice à cause de l'alcool au volant... Plusieurs retraits de permis avec interdiction de le repasser... Il passe à nouveau au tribunal en décembre deux fois, pour deux affaires différentes, pour une quadruple récidive d'alcool au volant. Bref, à la base de notre relation ça allait pas trop mal. Et c'est de pire en pire depuis déjà un sacré moment... Il continue de boire au volant ( alors que la prochaine arrestation c'est comparution immédiate d'après son avocat ) et rentre à la maison dans des états pas possible on va dire en moyenne un soir sur deux. Il c'est fait virer de son ancien travail pour alcool sur le poste de travail bref... la totale quoi... Nous avons un bébé de 6 mois et je ne veux que sécuriser mon enfant pour lui plus tard... Je n'ose même pas lui laisser à mon conjoint... Ce n'est plus une vie pour moi, pour mon bébé et pour nous trois. Il se fait aider et va voir un addictologue. Mais ça ne l'aide absolument pas. Il continue... et ne prends pas ses médicaments! L'alcool provoque le mensonge et la manipulation et ça... Je n'en peux plus ! J'ai vraiment l'impression de me faire prendre pour un jambon ! Je ne peux plus rien pour lui... Je ne peux plus l'aider... J'ai trop donné... Je suis à bout. Je ne peux pas être sa maman, sa femme, sa psy, son infirmier... J'ai tout fait... J'ai tout essayer... Rien ne marche... Comment prendre du recul face à tout ça ? Comment me détacher du fait du mensonge ? Comment n'en n'avoir plus rien à faire, en faite ? En attendant que je puisse partir du domicile... J'ai voulu faire simple, et à la fois j'ai du oublier beaucoup de détails dans mon message et j'en suis sincèrement désolé. Mais je vous écris les larmes aux yeux tellement je n'en peux plus...

---

### Mise en ligne le 28/10/2020

Bonjour,

Vous nous décrivez au travers de votre situation familiale, votre ressenti face à l'addiction de votre compagnon. Nous comprenons très bien la souffrance que cela génère en termes de sentiments d'impuissance, d'exaspération et de découragement. C'est malheureusement une constante dans l'entourage des personnes en prise avec une dépendance et qui ne sont pas prêtes à une réelle prise de conscience de leur difficulté.

La dépendance de votre conjoint a déjà des effets délétères dans son quotidien ainsi que le vôtre. La perte de son emploi, les infractions multiples au volant et les procès à venir. Pour autant, bien que vous nous disiez qu'il soit suivi par un addictologue, il ne prend pas son traitement et vous ment. Les mensonges peuvent être le moyen de ne pas se confronter à vous, car il connaît probablement vos attentes, mais peut-être n'en est-il pas encore là.

Votre conjoint semble être dans une forme de déni, par conséquent l'arrêt de l'alcool n'est sans doute pas d'actualité dans sa réalité. Cette décision doit participer d'une véritable adhésion en ayant bien pris la mesure que les bénéfices tirés de sa consommation sont inférieurs aux risques pris. Une personne qui développe une dépendance cherche bien souvent à pallier un état d'être inconfortable que ce soit psychologiquement, affectivement ou émotionnellement. L'alcool étant envisagé comme le moyen de se sentir mieux.

Pour décider de se sevrer véritablement, cela implique une remise en question importante, les événements que vous décrivez auraient pu jouer comme des déclencheurs, mais ce processus peut prendre du temps d'un individu à un autre. Seul votre compagnon peut prendre cette décision et vous n'avez pas le pouvoir de le changer.

Cependant, ce qui attire notre attention est la souffrance que vous éprouvez avec l'inquiétude d'élever votre bébé dans de bonnes conditions. Nous pensons que vous pourriez parler de votre situation avec des professionnels compétents qui vous aideront à prendre du recul et surtout à décider de ce qui est le mieux pour vous et votre enfant.

Sachez qu'il existe des Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui accueillent les proches des personnes dépendantes de façon confidentielle et gratuite. Il s'agit d'équipe pluridisciplinaire avec des médecins addictologues, psychologues, infirmiers compétents dans toutes les dépendances. L'idée étant de permettre aux proches confrontés à une addiction, d'être écoutés, conseillés et soutenus.

Nous vous conseillons de vous saisir de ces lieux pour faire le point et trouver aussi le positionnement le plus adéquat pour vous.

Nous vous transmettons en bas de page la rubrique "adresses utiles" pour que vous trouviez les coordonnées d'un CSAPA près de chez vous.

D'autre part, notre site internet dispose de supports intéressants comme le forum de discussions ou les témoignages, n'hésitez pas à vous y référer cela permettra aussi de partager votre expérience avec des personnes vivant des situations similaires. Ce sont des outils qui aident à la réflexion et à la prise de recul.

Enfin, nos écoutants sont joignables par téléphone tous les jours de 8h à 2h au 0980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ou par tchat de 8h à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous.

---

### En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service

