

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### MON CONJOINT ALCOOLIQUE

---

Par **Petitchat** Posté le 09/05/2021 à 07h01

Bonjour je sais pas où commencé

J'ai rencontré mon conjoint il y a deux ans au début c'était tout beau tout rose puis je me suis aperçu petit à petit que ça consommait de l'alcool augmenter de plus en plus

Au début je lui en ai parlé il me disait excuse moi etc

Puis il a continué à boire des quantités énormes de whisky ou vodka ou rhum la bouteille entière il est devenu agressif

Verbalement en me traitant de tout les noms

Jeudi vendredi et hier ivre pas possible

Ce matin j'ai essayé de lui parler j'en ai pris plein la tête

Je ne sais plus quoi faire j'en suis malade et le pire je crois que je suis enceinte

Si quelqu'un peut me conseiller je suis au bout j'en peux plus j'ai des idées très noires merci

### 3 RÉPONSES

---

**Fleur2Lys** - 10/05/2021 à 10h23

Tout d'abord, éloigne-toi. Si tu le peux, va chez une amie, dans ta famille ou si cela n'est pas possible et que tu n'as pas les moyens, prend une chambre d'hôtel. Même si ce n'est qu'une nuit, prendre du temps pour toi, pour te retrouver te fera le plus grand bien.

Côtoyer un alcoolique en pleine prise, c'est oppressant et actuellement cela te nuit clairement si on se fie à tes propos.

Tu n'as aucun reproche à te faire, tu n'es pas responsable de la situation. Tu en es victime également.

Si la situation est vraiment trop difficile, n'hésite pas non à te mettre en arrêt. Le travail permet de s'évader un peu mais parfois les pensées sont trop tournées vers notre compagnon et ses dérives et cela peut porter préjudice à notre propre vie.

Quoiqu'il en soit, prend du temps pour toi. C'est vital. On s'oublie trop souvent dans ces moments. Par amour, on se focalise sur l'autre et on passe par tous les états. Il est important de penser à soi. Tu as besoin de t'échapper toi aussi.

Personnellement quand cela devient trop compliqué, soit je quitte le domicile quelques jours ou je sors quelques heures faire des activités pour moi.

Ce n'est pas facile, je maintiens toujours le contact et il reste dans un coin de ma tête quoiqu'il arrive mais, au moins, ça permet de lever un peu le nez de notre bulle et de voir qu'autour, il y a quand même de jolies choses et ça me rebooste.

---

**Hanna** - 13/05/2021 à 07h40

Bonjour à tous,

Ça fait du bien de lire des témoignages qui ressemblent à mon quotidien depuis 6 ans je comprends totalement ce que vous vivez et c'est très dur...

J'ai rencontré mon conjoint il y a 6 ans tout était beau c'était parfait on avançait tout doucement jusqu'à ce qu'il boive un peu plus certain soir on se rend pas forcément compte que c'est de l'alcoolisme au début on met sa sur le compte d'une soirée trop arrosée. Des repas en famille gâchés des disputes des réconciliations c'était plus ou moins gérable au début puis séparation qui m'a anéanti malgré tous cela on s'est remis ensemble au bout de 2 mois notre couple allait mieux nous sommes partis en vacances des projets la consommation d'alcool de mon conjoint était toujours présente mais moindre parce qu'il bossait beaucoup. Puis il a eu un accident ou il a failli y rester mais rien n'a changé c'est comme si ce n'était pas grave pour lui de nombreux repas gâchés nombre de fois où je l'ai attendu le soir en ayant passé des heures en cuisine pour au final me retrouver seule et mise de côté parce qu'il avait mieux à faire...boire

Je suis tombée enceinte je savais pas quoi faire partagée entre l'amour que l'on avait l'un pour l'autre et la haine de l'alcool de ce gâché beaucoup de promesses d'écrits nous avons eu notre petite fille c'était merveilleux au début puis quand elle a eu 5 mois il a voulu prendre un restaurant bar en gérance... j'étais contre de nombreuses disputes ont suivies il a fini par me tromper et sombrer totalement dans l'alcool et la drogue avec la personne qu'il a rencontrée. Toujours en contact pour notre fille j'ai essayé de lui pardonner pendant 1 an et demi j'ai eu en face de moi une personne qui mentait comme elle respirait mais qui à côté de sa m'aimait. Je voyais bien qu'il était malheureux de la tournure que sa vie avait pris qu'il regrettait mais que l'alcool avait pris le dessus sur lui. J'ai réussi dernièrement à lui faire prendre conscience de l'ampleur du pb et il a accepté de se faire aider. Aujourd'hui il est en clinique psy pour un sevrage on pense qu'une fois envoyé dans un centre spécialisé on peut souffler mais non car les traitements sont lourds pour faire face au manque c'est très dur je suis au bout je sais que peu de gens peuvent encaisser tout ça malgré le mal qui a été fait mais je le fais aujourd'hui pour essayer de sauver l'avenir qu'il aura avec notre fille

L'alcool pourri la vie je regrette de pas avoir assez insisté dès le départ même si je pense avoir fait tous ce qui était en mon pouvoir au moment venu si je peux vous donner un conseil c'est de ne pas croire aux belles paroles d'un alcoolique oui il y a une part de vérité dans ses promesses mais il sera incapable de les tenir c'est une maladie et si la personne ne veut pas aller mieux pour elle même elle ne le fera pas pour vous elle ne fera que vous détruire

---

bonsoir à toutes.

Je suis mariée depuis plus de 20 ans. j ai 3 ados a la maison. mon mari à toujours aimé boire pendant les rencontres entre amis étant jeunes.

il est tombé ds l alcoolisme il y a quelques années. il s en est sorti tout seul. plus rien bu depuis des années. puis depuis 2 ans il a rechuté, là ce fut très difficile pour moi, je l avais menacé de le quitter la première fois s il rechutait a nouveau.

Reproches , susceptibilité, jugements, communications difficiles...Il ne partageait plus rien d intime. Je me sens coupable car je l ai trompé il y a plusieurs mois et il me le reproche toujours.

je me suis sentie également trompée par l alcool qu il a choisi ...

Il me dit que ce n est pas la même chose.

Pourtant c est ce que je ressens. c est l alcool qui fait que l on va divorcer alors que je ne le souhaitais pas.

Lui veut le divorce et il continue de boire...comment me reconstruire en acceptant cette séparation ?

---