

## QUITTER CONJOINT ALCOOLIQUE SANS CULPABILISER

---

Par Mari67000 Postée le 26/06/2021 16:34

Bonjour, je vous écris car je suis dans une situation ingérable. Depuis 4 ans avec mon conjoint je me suis rendue compte au bout de 2 ans qu'il était alcoolique ( bouteilles cachées) je pense que je me voilais là face. Traitement ect en vain j'allais même jusqu'à lui acheter des bouteilles car il faisait convulsions ect s'il ne buvait pas .. ces 2 parents boivent aussi .. en décembre il a été hospitalisé pour un problème au pancréas 1 semaine ( réanimation ..) il est sorti de la sevrée c'était un autre homme .. seulement depuis 2 mois il a repris .. je suis partie 2 semaines il m'a promis de changé qu'il m'aimais et j'ai cédez .. hors roen ne change il me dis qu'il ralenti qu'il arrête petit à petit ce à quoi je ne crois pas .. je suis là seule à travailler .. je n'en peux plus de cette situation.. sauf que je culpabilise car je l'aime et j'ai peur qu'il soit encore plus mal et qu'il lui arrive quelque chose de grave .. je suis perdue .. malheureuse .. je pleure toute la journée, je ne mange plus.. qui a déjà eu ce sentiment de culpabilité ? Et y êtes vous arriver ? A partir ? Merci à tous pour vos réponses ..

---

### Mise en ligne le 28/06/2021

Bonjour,

Nous comprenons tout à fait la difficulté dans laquelle vous vous trouvez.

Tout d'abord, nous vous informons que vous n'êtes pas sur le forum mais en lien avec l'équipe de professionnels d'Alcool Info Service. Vous trouverez en bas de page un lien menant vers notre forum.

Vous expliquez être perdue. Il est vrai que c'est très compliqué de réussir à se positionner et faire des choix forts dans une situation aussi complexe.

Comme vous le sous-entendez, il est malheureusement possible que votre conjoint aille plus mal encore si vous étiez amener à vous séparer. Cependant, les mots et formulations que vous employez laissent penser qu'aujourd'hui vous aussi vous souffrez, beaucoup. Vous semblez être affectée à un point où il va devenir difficile de pouvoir l'aider ou le soutenir.

Si nous n'avons pas assez d'éléments pour nous prononcer sur la situation de votre conjoint et qu'il serait inapproprié de vous dire si vous devez partir ou non, nous pouvons en revanche vous recommander de prendre soin de vous, ne pas rester seule dans cette situation et de vous faire accompagner par des professionnels.

En effet, un soutien psychologique peut être proposé à l'entourage qui, comme le consommateur, souffre et a besoin d'aide. Les CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) proposent ce type de suivi de façon non payante et confidentielle. Dans la mesure où nous ne connaissons pas votre ville, vous trouverez une liste de structures compétentes dans le Vaucluse ou le Gard en bas de page ainsi que différents articles issus de notre site.

Enfin, n'hésitez pas à nous contacter par chat ou par téléphone pour un échange plus approfondi. Nos écoutants prendront le temps nécessaire pour vous écouter, vous soutenir, vous aiguiller ou vous orienter. Alcool Info Service est joignable tous les jours de 08h à 02h au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ou par chat 7j/7 également.

Nous vous souhaitons bon courage pour la suite.

Cordialement.

---

### En savoir plus :

- Forums Alcool info service
- Adresses utile - Vaucluse/Gard
- Comment aider un proche?
- Il a repris sa consommation
- Comment me faire aider?