

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### MON CONJOINT BOIT ENORMEMENT

---

Par [chrissou](#) Posté le 22/10/2021 à 13h14

Bonjour.

petit ( gros) post pour vous exposez ma situation.

maman de deux garçons de 16 et 22 ans d'une première union, je suis divorcée et depuis 4 ans je vis avec mon conjoint avec lequel j'ai un garçon de 20 mois bientôt.

Mon conjoint est un papa formidable, il est très attentionné envers moi et mes enfants, il veut toujours notre bonheur il offre des cadeaux, de trop même...

mais seulement, je trouve sa consommation d'alcool trop élevée. depuis deux ans environs, il boit l'équivalent d'une bouteille de whisky par jour, + 4 ou 5 bières et une demi bouteille de vin , et ce, tous les jours.

je lui ai souvent dis qu'il buvait de trop, que j'avais peur pour sa santé et depuis quelques temps je le trouve différent!

il me reproche de l'insulter d'alcoolique, dis qu'il contrôle sa conso et que vu qu'il ne boit pas au réveil ça va il n'est pas malade.

forcement les disputes entre nous éclatent très régulièrement, mais ce n'est jamais de sa faute, il dit qu'il est juste fatigué et que je dois arrêter de l'embêter avec ça!

Sa famille, ses parents lui ont parlés aussi mais ils les envoi sur les roses, prétextant que c'est son travail qui le tracasse....

la il ne dort presque plus, il mange de moins en moins, a des pertes de mémoires, je répète 10 fois la même choses en 15 minutes, il frappe partout et m'insulte quand il s'énerve ( tout est prétexte pour s'énerver), le pire c'est qu'a la fin de la journée, il ne titube pas, il est "normal", pas de signe d'alcoolisation ...est ce l'habitude???

A votre avis? ai je raison de m'inquiéter? je lui ai demander de faire une prise de sang, qu'il a accepter ( parfois il reconnait qu'il boit de trop) et cette prise de sang n'est pas bonne....mais il ne fait pas de suivi

désolé de vous imposer ce pavé.

merci d'avoir prie le temps de me lire

## 1 RÉPONSE

---

[Pepite](#) - 16/11/2021 à 09h24

Bonjour Chrissou,

Je regrette l'absence de réponse à votre post.

Actuellement une campagne du ministère de la santé circule à la radio et elle est très bien. Je vous invite à l'écouter.

L'alcool apporte du malheur dans votre famille, vous l'exprimez parfaitement. Sa consommation montre une addiction qui est entretenue par son stress, par une défaillance de gestion de ses émotions. Ce qui retentit sur vous, sur votre petit en plein développement, sur votre famille.

Les émotions dont la peur sont inévitables dans notre condition humaine. Le tapis roulant des pensées "négatives" amène à la dépression et il a trouvé comme moyen la perte de contrôle pour débrancher son cerveau. Il modifie donc son comportement via un produit toxique. Mais en faisant cela il nuit gravement à sa santé, il ne résout rien et cela créé des dégâts sociaux.

Alors comment on peut en arriver là ?

Tout simplement parce qu'on n'arrive pas à s'exprimer ni à partager ce que l'on ressent. On manque aussi de facteurs de protection pour affronter les blessures inévitables de l'existence.

Cela est possible mais dans un environnement sécurisant, bienveillant et soutenant.

Comme on est dans une société qui nous apporte une protection sociale, on médicalise cette prise en charge afin de ne pas non plus faire n'importe quoi.

Mais voilà il y a des entraves et des verrous pour y aller. Le premier est culturel. Que va dire la famille, que va penser mon entourage. Et moi, en tant que conjoint, pourquoi j'accepte cette situation ?

Tout prend des proportions parfois graves parce qu'on en parle pas ou qu'on ne sait pas s'exprimer, parce qu'on est dans une culture du sprint, parce qu'on n'accueille pas la parole de l'autre.

Le second verrou est celui du manque des moyens donnés mais en voie de progrès. On a besoin en plus de CSAPA, de groupes de paroles de proximité, de maisons blanches type maison rose pour le cancer du sein où on pourrait partager, mettre en place des projets et autres.

Le dernier concerne le soi. L'amour de soi.

Quel est mon estime de moi ?

Quel récit me fais je de moi ?

Est-ce que je prends soin de moi et comment ?

Voilà quelques pistes de réflexion.

Il est temps de remettre l'humain au cœur de ce qu'il est, de son essence, c'est à dire un être magique avec des perceptions et des performances stupéfiantes de son fonctionnement interne.

Nous changeons toute notre vie, nous apprenons, nous expérimentons.

Prenez soin de vous,

Pépité

---