

CONJOINT ALCOOLIQUE, HELP

Par Tokyo13 Posté le 27/02/2022 à 14h31

Bonjour à tous, nouvelle sur ce forum, et après avoir lu de nombreux échanges à travers desquels je retrouve ma vie je me lance avec tristesse et chagrin car aujourd'hui, je suis à bout . A bout de l'alcoolisme de mon conjoint depuis tellement d'années !! Toutes ces années gâchées par cet alcool tellement présent , par tous ces efforts pour trouver des solutions et essayer de retrouver l'homme que j'ai tant aimé et épousée . J'ai tout essayé, la gentillesse, la colère, le conflit, la tolérance et maintenant que j'ai dépassé la cinquantaine, je le sens tellement seule et inutile ! Nous avons deux fils qui maintenant ont leur vie à eux mais ils ont souffert et souffrent encore de l'alcoolisme de leur père. Eux aussi ont essayé de lui parler, ou de le faire réagir en ne lui parlant plus, aucun effet à part les reproches de mon mari me reprochant de les monter contre lui . Je me sens tellement mal que je préfère rester seule quand il n'est pas là pour profiter de quelques moments de calme . Je ne vois plus les amis, je n'en ai plus la force , je m'oblige à participer aux réunions familiales auxquelles il ne participe plus depuis longtemps mais j'ai toujours l'impression que l'on a pitié de moi et de ma triste vie ! La compassion m'étouffe car je sais que je suis dans un espèce de gouffre dont je ne parviens pas à trouver la sortie ! Et la honte aussi est présente , honte de ne rien pouvoir faire, ou de ne rien faire, honte de décevoir ceux qui me demandent de réagir et qui ne comprennent pas que je ne fasse pas plus . J'ai contacté des associations, pour lui, pour lui donner les informations dont il ne fait rien à part me reprocher mes démarches ! J'espère , encore, parfois qu'il me dise « je t'aime, je vais me faire soigner, aide moi et retrouvons nous » mais ces paroles ne viennent jamais ! Il refuse de se faire aider, de se faire soigner et me reproche en permanence de le lui demander. Et quand il me dit qu'à mon âge, je ne pourrais que finir seule, je sombre ... Aujourd'hui j'écris pour ne pas sombrer . Merci à tous ceux qui pourraient m'aider

3 RÉPONSES

Moderateur - 09/03/2022 à 16h01

Bonjour Tokyo13,

Ne restez pas toute seule avec votre souffrance. Il est bien dommage que vous n'avez pas encore reçu de messages d'autres personnes dans votre fil mais en tout cas vous n'êtes pas seule. Pas seule à subir cette situation, pas seule parce que nous pouvons vous offrir notre écoute.

Balayer cette honte de ne pas y arriver. C'est extrêmement difficile et surtout cela dépend avant tout de lui. Vous avez essayé beaucoup de choses, vous pouvez être fière d'avoir essayé !!

Je vous invite à lire dans ce forum, par exemple, les textes de Québécoise. Comme vous elle est très attachée à son conjoint qui ne se soigne pas. Elle fait des démarches personnelles pour faire un pas de côté, prendre soin d'elle comme elle le peut. Je crois que c'est vraiment une piste pour vous : soyez bienveillante avec vous-même en vous occupant de vous, en prenant soin de vous, en explorant peut-être votre attachement à cette situation.

En tout cas, pour déposer votre fatigue, vous pouvez nous appeler, ou dialoguer par chat. Vous pouvez également demander à être accompagnée par un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Enfin je vous suggère aussi de vous joindre à un groupe de l'association Al-Anon/Al-ateen (en réel ou sur un mode "à distance"). Voici le site de cette association dédiée aux proches des personnes ayant un problème de consommation d'alcool : <http://al-anon-alateen.fr/>

Tokyo13 nous restons à votre écoute.

Cordialement,

le modérateur.

Pepite - 09/03/2022 à 17h19

Bonjour Tokyo13,

Je suis touchée par votre récit qui montre votre désarroi mais aussi votre solitude.

Je n'ai rien lu sur l'action collective ou l'engagement des proches le concernant.

Je vous comprends, vous avez tout donné. C'est peut-être une limite à exploiter. J'ai rencontré dans ma vie des difficultés de couple et la seule solution a été de partir en disant : on mérite mieux que cela. En tout cas moi j'ai des besoins et ce que je vis me rend malheureuse.

Et cela a marché, avec du temps, du dialogue et une volonté commune de dépasser les problèmes. Certes j'ai été moteur mais mon mari

a été présent aussi dans les épreuves dont la maladie.
Accrochez vous aux victoires.

En vous dénigrant il pense surtout à lui "a ton âge, seule". Il touche à votre estime qui semble bien malmené.

Alors je vous propose là tout de suite de lui prouver le contraire, d'être séduisante à nouveau, de vous faire belle pour vous.
Mettez le en danger, mettez des projets dans votre vie.
Trouvez une association dans laquelle vous vous amusez.

Il existe tant et tant d'histoires, de films qui montrent ces scénaristes improbables ou le mari pleure sa femme.

Chaque jour je croise des hommes seuls. A défaut de faire couple et de s'attacher, dites lui bien que vous avez la possibilité de passer d'agréables moments avec ou sans lui.

Prenez votre vie en main. Prenez soin de vous.

Pépité

Vigigen33 - 25/05/2023 à 21h57

Mon conjoint est malade alcoolique. Je l'aime du plus profond de mon cœur. J'ai passé les meilleurs moments de ma vie avec lui. C'est un homme doux, gentil, attentionné, droit, honnête, sincère, il donnerait sa vie pour les enfants et moi. Il boit. Au début, il disait par plaisir, l'effet de l'alcool, cette ivresse, il pensait que ça le rendait heureux. En réalité, il prend conscience que ça le rend de moins en moins heureux. Il buvait par plaisir, il s'aperçoit petit à petit qu'il boit pour oublier. Il a une peur terrible de l'abandon. Il ne voit pas, il ne voit plus que je suis là, dans les bons comme dans les mauvais moments, dans la santé comme dans la maladie. L'alcool prend toute la place, il ne me voit plus. Quand il boit, il est méchant, méprisant, violent verbalement et physiquement pas contre moi mais contre des objets. Quand il n'a pas bu, il est en manque et il est pareil. Je ne le reconnais pas. Et pourtant, je suis là, envers et contre tout je suis là, je m'en prend plein la tête et je suis encore là. C'est un ancien militaire, je suis fière de lui et de son parcours, je suis fière de ce qui l'est. Je sais que je ne l'aide pas dans sa maladie, plus il a peur de me perdre, plus il boit, plus il me dénigre, plus il s'en veut d'être comme ça avec moi, plus il boit. Et pourtant, s'il savait, je serais prête à donner ma vie pour lui, s'il ouvrait les yeux, il verrait que je préférerais être l'alcoolique du couple et qu'il me quitte, plutôt que ce soit lui. C'est pas facile de vivre avec un alcoolique mais je suis là présente. Mon futur mari est malade alcoolique et je l'aime.
