

TRISTE JEUNESSE

Par **Plumes** Posté le 08/10/2022 à 10h59

Bonjour.. je viens vers vous pour vider mon sac.

Je suis avec mon chéri depuis un peu moins d'un ans. Notre relation a commencé à distance alors on se voyait seulement une fois par mois. Je ne me suis pas rendu compte tout de suite de ce problèmes de dépendance. Jusqu'au jour ou je tombe sur des dizaines de flash (bouteille de 20cl), ce jours là il m'a juste dis que c'était dans des cartons de son anciens logement comme une collection que l'on fait généralement tous à l'âge de 17/18ans. Je n'est pas relevé, jusqu'à la fois suivante ou là je n'est plus eu de toute.

On a déjà eu une conversation sur tout ça, ou lui même admet avoir une dépendance à l'alcool. Il m'a dit qu'il aller arrêté, mais bien sûr deux jours après il rentrer avec une bière.

Aillant des parents alcooliques, je me suis détruite à essayé de les sauver d'un monde d'où il ne veulent pas être sauver. J'ai abandonné avec eux. Mais je n'est pas envie de l'abandonné lui. Je me dis qu'il y a encore une chance pour qu'il est se déclique.

Mais toute la confiance que je lui porte est mise à rude épreuves, je ne crois plus ce qu'il me dit, quand t'il rentre 20min plus tard que d'habitude du travaille je me dis forcément qu'il est parti boire en cachette.

Je retrouve des bouteilles dans ses habits et là je me mets à cherchées de partout quitte à me gêcher la journée je dois tout retourner. J'ai l'impression de creusé ma tombe..

Je veux l'aider mais aider une personne addicte a l'alcool ce n'est pas vraiment possible, il aura toujours raison dans n'importe qu'elle cas.

Merci d'avoir pris le temps de me lire, une belle journée à vous.

2 RÉPONSES

Lexos - 08/10/2022 à 23h07

Bonjour Plumes.

Je comprend tout ce que tu peux ressentir. Et pourtant je ne suis pas de ton point de vue, mais de ton conjoint. C'est quelque chose dont je me suis rendu compte au fil du temps, toute cette dépendance peut être très vite destructrice. Je ne sais pas si mon commentaire t'aideras, simplement il fait écho à un passé. La chose qui a (un peu) aidé à été de pouvoir en parler, et ce n'est vraiment pas une chose facile. Je parle de la possibilité pour toi et la personne avec qui tu partage ton quotidien de pouvoir partager tout ce que cela engendre, qu'elles sont les raisons, qu'elles sont les inquiétudes de chacun... Est-ce qu'il se rend compte de sa consommation, à quel point il peut la minimiser et si il s'en rend compte parfois, ce qui l'inquiète... et également est-ce qu'il voit que ça crée de l'inquiétude, que ça peut détruire ton quotidien ? Ce sont des préoccupations qui créaient souvent des réactions réticentes si ont les expriment sous le coup de l'émotion. Je ne peux que t'exprimer tout mon soutien.

Vouloir aider est évidemment la chose la plus altruiste et la plus logique qu'on puisse penser. C'est le soucis des addictions. Elles ne se règlent pas après une grosse discussion ou un événement marquant... tout prend du temps, et le plus long est de se rendre vraiment compte de son addiction. Si je ne livre qu'un point de vue personnel, le plus gros soucis a été que personne ne s'écoutait ou ne se comprenais lorsqu'il fallait en parler... l'un sur la défensive, l'autre mort d'inquiétude...

Merci de ton témoignage en tout cas

Kalo - 09/10/2022 à 18h27

Bonjour Plume !

C'est bien que tu cherches de l'aide et à en discuter, parce que c'est difficile de supporter ça seul-e.

Tu as raison de penser qu'un déclic est toujours possible pour lui. Seulement, tu as l'air de te rendre compte que ce déclic ne peut venir que de lui et c'est important de s'en rendre compte. Car tu n'as pas de mission à accomplir auprès de lui, si ce n'est d'être un soutien face aux difficultés que représente l'alcoolisme.

Tu ne veut pas l'y abandonner et c'est une belle intention. Mais ne t'abandonne pas toi même en plongeant dans les problèmes qui lui appartiennent. Il te faut trouver un juste milieu dans ta volonté de l'aider. Et une grande part de l'aide que tu peux lui apporter consiste à lui démontrer que c'est à lui qu'appartient la nécessité d'arrêter de consommer de l'alcool de manière excessive. Tu as, toi aussi, besoin d'aide. Tu exprimes être en train de "creuser ta tombe". Ce n'est pas normal que tu éprouves ce sentiment.

Alors peut être qu'il te faut établir un plan qui corresponde à ton envie d'aider cette personne que tu aimes très certainement mais qui ne soit pas synonyme de sacrifice de ta vie. Car présentement, tu me semble être à un moment de cette vie où tu as besoin de construire

quelque chose de solide.

Tu peux expliquer ça clairement à ton compagnon. Que sa situation te touche, mais que tu ne vois pas d'issue à celle-ci tant qu'il ne considèrera pas de lui-même qu'il doit arrêter. Lui dire que tu t'inquiètes pour lui, et pour vous deux, mais que tu ne peux pas continuer à en souffrir et à laisser passer ta propre vie à attendre qu'il réagisse. Et lui dire simplement, que sans réaction de sa part, il va te perdre. Parce que c'est souvent ce qui arrive quand on est usé.e. Tu dois faire le choix de vivre avec une personne alcoolique ou non. Tu ne pourras pas arrêter à sa place. Tu dois t'interroger sur tes capacités à supporter cet alcoolisme ou pas. Et les deux réponses sont valides. Curieusement, parfois, c'est quand on décide d'arrêter d'aider les autres qu'ils réagissent le plus. Alors prends soin de toi et construit quelque chose qui te plaît, ça lui donnera peut-être envie de produire à son tour de nouvelles perspectives pour votre couple. L'alcoolisme étant aussi un cercle vicieux qui enferme dans une situation d'échec. Accompagner cet arrêt, ces difficultés, ces hontes, de choses positives peut être un véritable soutien.

Bref. Pas fun. La vie est ainsi faite. Courage. Préserve toi. Continue à essayer d'obtenir de l'écoute et de l'aide dans ton entourage ou auprès de professionnels. Ne t'isoles pas.

Si tu souhaites en parler, je suis moi aussi compagne d'un homme qui souffre d'alcoolisme. On a trouvé un équilibre pendant longtemps quand il ne souhaitait pas arrêter, sans sacrifices de ma part. Aujourd'hui il arrête pour des raisons qui lui sont personnelles et qui l'y ont encouragé.

Je tiens à rappeler quand même qu'on parle d'alcoolisme là, et pas de comportements malsains que l'alcool peut renforcer. Si ton compagnon est agressif, harcelant, violent ... La seule chose à faire c'est de te protéger et de partir.

Bref. Courage et prend soin de toi.
