

## MON CONJOINT BOIT LE SOIR

---

Par [elisec](#) Posté le 16/11/2022 à 09h33

Bonjour à tous, je n'aurais jamais pensé écrire un jour sur ce genre de forum et pourtant...

Cela fait 3 ans que j'ai rencontré mon copain.

Je savais qu'il avait la "descente" facile lors de soirées avec ses amis, et qu'il buvait parfois de la bière seul le soir lorsque nous habitons pas encore ensemble.

Il a emménagé chez moi en septembre. Et c'est bien pire ce que j'imaginai.

Le démon de l'alcool survient le soir, quand il rentre du travail.

Il passe ses soirées seuls, ne mange jamais avec moi. Je pensais qu'il buvait uniquement des bières mais j'ai découvert des bouteilles d'alcool forts vides. Il boit quand je dors, et vient se coucher beaucoup plus tard que moi.

L'autre jour une dispute a explosé entre nous à cause de l'alcool. Son entourage, notamment ses parents, avaient remarqué qu'il avait une tendance à trop boire seul. Nous en avons parlé calmement tous ensemble, expliquant à mon conjoint qu'il se fait du mal, et surtout à nous. Que si il avait besoin d'extérioriser autrement que l'alcool son anxiété (mon copain est très anxieux en permanence) on aiderait à trouver une solution.

Il a fait mine de comprendre que ça changerait. J'essaye de lui faire comprendre que ce n'est pas raisonnable toute cette consommation, mais il est dans le déni. Pour lui il n'y pas de problème, et pense que mon discours est infantilisant.

Et ce matin, en "fouillant", j'ai trouvé des bouteilles d'alcool fort vide.

Je ne sais donc plus comment réagir. Comment lui faire comprendre ? Comment l'aider ?

Je suis profondément malheureuse et triste, et je remet ma relation en question alors que je l'aime.

Merci pour votre lecture et votre aide.

## 1 RÉPONSE

---

[continuer](#) - 16/11/2022 à 10h24

Bonjour,

Je comprends votre situation pour l'avoir vécue et pour m'être retrouvée moi aussi de l'autre côté... c'est à dire malade alcoolique "cyclique", par crises très violentes.

La première étape est de reconnaître que l'on est malade. Il faut aller se renseigner sur la maladie alcoolique. Sur ce que cela provoque dans le cerveau et bien comprendre qu'il se s'agit pas de "volonté" pour arrêter. C'est un long combat. Quand la maladie est installée, il faut un courage de titan pour en sortir. C'est possible, beaucoup l'ont fait.

Et ce n'est pas parce qu'on arrive à arrêter un mois, deux mois, que l'on est guérit. C'est une profonde remise en question. Ce n'est pas non plus parce qu'on fait une cure que tout est réglé. On est sevré physiquement, mais le plus dur est le sevrage psychologique. Il faut se battre énormément.

Derrière l'alcool, se cache une profonde détresse, une souffrance incommensurable. Les bouteilles vides cachées, je connais.. En plus de s'alcooliser en cachette, on a honte, on est au fond du trou. On sait très bien le mal que l'on se fait et que l'on fait aux autres... mais quand on est "dedans", c'est plus fort que soi-même.

Si on avait su qu'un jour on serait malade, on aurait pas commencé à boire...Mais c'est une maladie qui s'installe de façon insidieuse, et une fois qu'elle est là...

J'ai eu un conjoint alcoolique il y a des années, je ne comprenais pas qu'il ne puisse pas arrêter. J'étais ignorante sur la maladie. Et puis j'ai vécue cette maladie et je me bats encore pour en sortir. J'ai pu mesurer la souffrance.

Il n'y a que le malade qui puisse faire quelque chose. Cela ne servira à rien de le prendre par exemple la main dans le sac, de lui montrer ses bouteilles cachées. Il sera encore plus humilié et honteux. Je vous mets ci-dessous le texte anonyme d'un alcoolique qui pourra vous aider à comprendre. Je sais que c'est horrible à vivre pour vous. Ayant été des deux côtés de la barrière, je connais les deux situations. Invivables.

Je suis alcoolique j'ai besoin de votre aide.

Ne me sermonnez pas, ne me blâmez pas. Vous ne seriez pas fâché contre moi si je souffrais de tuberculose ou de diabète.

Ne jetez pas mes bouteilles, ce ne serait que gaspillage, je trouverai toujours le moyen de m'en procurer d'autres.

Ne me laissez pas provoquer votre colère. Si vous m'attaquez verbalement ou physiquement, vous ne ferez que confirmer la mauvaise

opinion que j'ai de moi-même. Je me déteste déjà suffisamment.

Ne permettez pas que votre amour pour moi et votre inquiétude vous portent à faire à ma place, ce que je devrais faire moi-même. Si vous assumez mes responsabilités, vous m'empêcherez irrémédiablement de le faire. Mon sentiment de culpabilité augmentera et vous m'en voudrez.

N'acceptez pas mes promesses. J'accepterais n'importe quoi pour me tirer d'affaire. Mais la nature de ma maladie m'empêchera de les tenir.

Ne faites pas de vaines menaces, quand vous aurez pris une décision soyez inébranlable.

Ne croyez pas tout ce que je vous dis, ce sont souvent des mensonges. Nier la réalité est un symptôme de ma maladie. Du reste je suis porté à ne pas respecter ceux que je peux duper trop facilement.

Ne me laissez pas vous exploiter ou abuser de votre bonne volonté, l'amour ne peut survivre dans un climat d'injustice.

Ne dissimulez pas la réalité à mon sujet et ne me soustrayez pas aux conséquences de mon intempérance. Cela ne pourrait que retarder la crise qui me pousserait à aller chercher de l'aide.

Je peux continuer à nier que j'ai un problème d'alcool aussi longtemps que vous me permettrez d'échapper aux conséquences de mon alcoolisme.

Surtout renseignez-vous autant que possible sur cette maladie et sur comment on peut la traiter.