

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

## S' ACCROCHER À L' ESPOIR...MAIS FATIGUÉE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 05/12/2013 à 06h45

Bonsoir,

Je suis une jeune femme de 24 ans, en couple depuis 7 mois avec un jeune homme de 28 ans, alcoolique qui est conscient de son addiction et la reconnaît mais je cite "n'a pas la volonté de s' arrêter".

Les motivations sont des prétextes (je refuse d' avoir un enfant si il ne se fait pas soigner AVANT, et autant je peux craquer sur beaucoup de chose, autant là dessus je ne transigerai pas!) , et le quotidien varie de notre petit paradis à deux, à l' enfer. Des soirées qui commencent romantiques et se terminent en larmes voir lui dans le canapé, moi dans le lit. Des journées où il s' est modéré voir même qu'il n'a pas bu à celles où il est ivre, ne se souvient de rien le lendemain, fait des crise de somnambulisme, a des propos plus que violents ( jusqu' ici jamais de gestes) voir flirte avec le coma éthylique.

En ce moment par exemple "ça va", et je l'encourage à continuer à se modérer (je ne dis pas arrêter, se modérer c'est déjà un petit pas...).

Si je viens ici c'est pour savoir si c'est moi qui vis dans un monde de Bisounours en priant pour qu'un jour cela s' arrête où si réellement à 28 ans c'est déjà trop tard.

Je suis fatiguée (eh oui certain(e)s me diront "Déjà?! ça ne fait QUE 3mois que vous vivez sous le même toit) de me battre contre la terre entière... Fatiguée d' entendre ses collegues lui cracher à la figure par derriere et le juger et par devant être tous mielleux, voir même de le fournir!! Fatiguée d' entendre mon père me dire qu'il l'aime beaucoup mais quand il la bu qu'il ne supporte plus de le voir, fatiguée de tous ceux qui me juge trop faible pour partir, trop "bonne poire", "trop bonne, trop conne", fatiguée de tout ceux qui juge notre couple, qui ne lui laisse vraiment aucune chance...

Il accepte le dialogue sur son addiction quand il n'est pas encore "trop" alcoolisé, parfois même il pleure.

Souvent il trouve des excuses et des prétextes pour justifier son refus de prise en charge même simplement psychologique.

Certes, il a un travail difficile (au sens physique du terme) et des horaires de fou parfois, mais suis je trop exigeante à lui réclamer du respect quand il a bu? Dois-je me taire et attendre patiemment le lendemain en esperant que ce soit passé? Suis je une mauvaise conjointe parce que je lui refuse un enfant alors qu'il me soutient que ce serait une motivation pour lui?

Je suis perdue, je ne sais plus quoi faire... Je sais que je l'aime et que je pourrais faire beaucoup pour l' aider, mais si il n'a pas la volonté je ne peux pas l'avoir à sa place...C'est dur. Aidez moi svp. Dites moi que ça va passer et qu'un jour ce sera derrière nous. J'ai besoin d'y croire!!

## 5 RÉPONSES

[Profil supprimé](#) - 14/12/2013 à 08h54

bonjour.je suis alcoolo dependante sobre depuis 3 ans.personne ne peut te juger parce que ca fait 3 mois que tu vis avec un alcoolique et que ca te fatigue.l'alcoolisme est une maladie il faut qu'il l'accepte.aile aupres d'addictologues,degroupees de paroles.je reconnais bien la entourage qui le critique mais apparemment lui amene a boire comme ca ils peuvent boire avec lui.tu parles de potes!parler avec quelqu'un qui a bu est inutile.c'est a jeun que les bonnes discussions se passent.il faut enlever l'alcool a la maison.je ne sais pas si il consomme a la maison ou au bistrot avec ses faux amis.quand l'envie est la;elle ne dure qu'un bref instant essayer de passer a autre chose.boire du coca sature en sucre.un enfant ne changerait rien s'il n'a pas decide d'arreter de boire pour lui.on se soigne pour soi et les retombees ensuite sont pour l'entourage.moi je te felicite pour essayer de sauver ton couple,moi qui ait ete abandonne par mon conjoint face a cette maladie.mais aujourd'hui je l'en remercie j'ai cesse de boire pour moi et comme dis si bien un ami "rien ni personne ne me fera reboire".il faut qu'il accepte cette maladie car c'en est une!c'est le cerveau qui appelle le produit et la moindre goutte ouvre une connexion qui fait que nous n'arrivons pas a nous "rassasier"et il en faut plus jusqu'a la cuite.certainement a t'il honte mais il est tout simplement malade.ce n'est pas une tare.l'alcool est un poison qui nous envahit.la consommation quotidienne nous met dans la brume.il y a des addictologues des groupes d'aide il faut qu'il pousse la porte,la famille est la bienvenue,oui si il prend conscience de sa maladie il pourra devenir abstinent et etre heureux et toi aussi.j'espere qu'il aura ce declic.pour les alcooliques la moderation est pas durable il faut l'abstinence totale car sinon le cerveau se connect et appelle son poison.alors courage.

[Profil supprimé](#) - 17/12/2013 à 03h58

salut cissou,

je te félicite moi aussi de poser des limites strictes, parce qu'il est important que tu te protèges. J'ai moi aussi un conjoint alcoolique avec qui j'ai fait un enfant, parce que je me suis longtemps efforcée de ne pas considérer son problème comme un problème , mais comme un choix. Je sais maintenant que je faisais fausse route. Notre vie est parfois compliquée, souvent en fait. Même si il boit globalement moins depuis que le petit est né (il a 4 ans aujourd'hui). Régulièrement, j'essaye de nouvelles méthodes et de nouveaux discours pour le mettre pour l'aider à prendre l'autoroute de la sobriété. Avec plus ou moins de succès.Je confirme aussi, parler alors qu'il est ivre ne sert à rien. Il vaut mieux aller directement dormir dans le canapé. Je suis d'accord aussi pour imposer qu'il n'y ai pas une goutte d'alcool à la maison. Le problème aussi, c'est de la voir moins puisqu'il ira peut-être ailleurs pour piccoler.

Par contre, ne te laisse pas entamer par ce que disent les autres. Ce que tu fais, c'est de l'amour pur. et tu sais pourquoi tu es auprès de lui, même si tu en as souvent marre et que tu perd courage. Vous êtes deux à porter ce problème,il en est conscient et ça veut dire qu'il

ne te lâchera pas tout le poids sur les épaules. Il souffre sûrement beaucoup lui aussi. Ceux qui veulent s'en sortir s'en sortent toujours. Et vous allez y arriver parce que j'ai l'impression que tu le lâcheras pas comme ça

PS: mon compagnon peut parfois être violent quand il a bu (dans son discours bien sûr), quand il part dans son délire, je lui tourne le dos et je ne répond pas. Je vais me coucher. Parce qu'on ne peut pas discuter avec quelqu'un de saoul, et puis ça fatigue pour rien. Par contre, la seule fois où il a fais mine de lever la main sur moi, je l'en ai empêché bien sûr. Et le lendemain, quand il a eu retrouvé ses esprits et son sourire, il m'a dit "excuse-moi pour hier soir". Et là, je lui ai collé la baffa de sa vie, pour qu'il comprenne que ivre ou pas, il est responsable de ses actes et que moi, je ne serais pas une victime. Je dis ça à toutes fins utiles, pour te montrer que l'important, c'est que tu restes droit dans tes bottes. Si tu continues à l'aimer et à le soutenir, tu pourras surmonter des montagnes, et tu verras le bout, et vous l'aurez votre bambin et votre bonheur.

---

### Profil supprimé - 17/12/2013 à 11h07

Un grand MERCI à Armelita et Azoulice de m' avoir répondu!!

Merci parce que cela m'aide vraiment.

Depuis le 6 la situation a bien changée...

Mon conjoint a eu des mots très durs, rendu responsable de son alcoolisme (qui avait commencé bien avant moi pourtant), et pour finir demandé de rentrer chez mes parents. Le lendemain (mettant ça sur le dos de l' alcool) je lui ai demandé si c' était réellement ce qu' il voulait. Il m'a affirmé que oui.

Blessée, et ayant été au bout de ce que je pouvais supporter au moment T, j' ai fais mes valises, j' ai pris mes vêtements et je suis partie. Le lendemain faute de chaussettes je retourne "chez lui"... Et quelle ne fut pas ma surprise d' avoir droit à plus d' une heure d' excuses (sachant qu' il ne s' excuse que très rarement).

Il m' a demandé de revenir, de lui redonner une chance ( ça sera la deuxième), je lui ai dis qu' il fallait qu' on se donne du temps, que mes parents n' y comprenaient plus rien ( je reste, je pars...) et que je n' étais pas un yoyo.

Il a reconnu beaucoup de choses, l' ennui c' est qu' il est persuadé de pouvoir s' en sortir seul. Je lui soutiens que non, et que je ne reviendrais pas vivre à ses cotés tant qu' il ne fera pas un minimum d' efforts car je suis peut être au chômage mais je cherche à m' en sortir, il a son problème, c' est dur, j' en suis consciente, mais il a du soutien, une femme qui l' aime, un emploi et un patron qui ne demande que le fait que ça s' arrange. ne lui manque "que" la volonté. Il est capable, je n' ai aucun doute là dessus, mais il risque de tout perdre si il ne réagi pas.

A commencé par sa santé.

Je l' aime, et c' est par amour aussi que j' ai quitté la maison. pour qu' il ait un déclic.

Lorsqu' il boit il n' est plus le même homme. Il ne l' accepte pas, c' est du déni complet.

J' en arriverai presque à croire qu' il dit vrai qd' il affirme que sans moi il boit moins. Ca me culpabilise affreusement.

Quand je viens le voir il dort (commence à bosser à 00h00), ou il est attentionné et ne veut plus que je parte.

Est ce que j' ai la bonne attitude? Est ce méchant de ma part de lui imposer cette "séparation" qu' IL a voulu, en mode prolongé? Est ce la solution? Dois je lui faire écouter la conversation de notre séparation que j' ai enregistrée tant j' étais blessée et me disant "il n' pourra pas dire qu' il ne me l' a pas dit", pour qu' il prenne conscience de qui il est quand il boit?

Je l' aime, être loin de lui me ronge, j' ai mal sans lui, bref je suis comme n' importe quelle femme loin de celui qu' elle aime...

Je ne sais pas si je dois revenir vers lui ou lui vers moi. J' ai peur que cela recommence si c' est moi qui reviens.

Je refuse de l' abandonné, je connais trop les conséquences, pour les avoir moi même vécu, je ne le lâcherai pas, même séparé, j' irais au bout du monde pour lui, mais comment faire pour qu' il trouve la volonté d' aller voir quelqu' un...?? Je ne veux pas l' enterré dans 10 ans à cause d' une cirrhose, je ne m' en relèverais jamais.

Merci encore pour vos messages, je ne saurais vous dire le bien que ça fait!

Et aux alcoolo dépendants qui me liraient, soyez assurez d' une chose, lorsqu' une personne vous dis qu' elle vous aime, croyez la, croyez en vous et en votre force pour arreter. Vous êtes des personnes qui comme n' importe qu' elle autre est aimée. Même si on ne sait pas toujours vous le montrer.

L' amour entre deux êtres peut déplacer des montagnes, ils faut juste que les deux pousse dans le même sens.

---

### Profil supprimé - 18/12/2013 à 10h51

Bonjour Cissou,

J' ai été en couple pendant près de 10 ans avec un alcoolique et j' ai vécu des moments comme toi, où on est totalement désespérée et où on ne sait plus comment faire pour réagir et le faire réagir.

Je l' aimais aussi, je pensais pouvoir déplacer des montagnes pour lui, mais à force d' essayer de l' entrainer vers le haut, je me suis épuisée...

J' ai déclaré une maladie auto immune appelée spondylarthrite ankylosante, parce que ça entraine une ankylose de la colonne vertébrale, comme un signe de "on en a plein le dos". je croyais que c' était une fatalité, et je me suis fait soignée, à l' hopital, avec de lourds traitements, tout en tenant bon dans mon travail parce que mon conjoint ne bossait pas.

En rentrant le soir, épuisée, rien n' avait été fait dans la maison, ni ménage, ni repas et mon conjoint était là, à m' attendre, souvent bien imbibé déjà... et quand je lui demandait de l' aide, parce que trop fatiguée, là, c' était des injures, des rabaissements sur mon incapacité à gérer la maison, les courses et des enguelades sur sa consommation d' alcool, les bouteilles cachées dans les placards, la cave, le garage...

Je ne sais pas comment j' ai tenu, quelle force m' a aidée à garder courage et espoir que ça aille mieux un jour...

Mais j' ai compris au fur et à mesure que je ne pouvais pas l' aider s' il ne voulait pas s' arrêter, s' il ne voulait pas se faire suivre par des médecins. il en a vu des alcooliques, avec moi, mais il pensait que ça ne servait à rien, et je pense que surtout, il se rendait compte qu' il était malade, mais c' était trop dur pour lui de prendre conscience qu' il devait se soigner.

Ma famille était loin (500kms) et l' avait totalement rejeté, je montais voir mes parents seule, et j' avais bcp de souffrance de cette situation, l' impression d' être le derrière entre deux chaises...

Mes parents ont énormément souffert de cette vie que j' ai mené, j' ai pris conscience que je ne pouvais pas améliorer les choses, et pire, que mon comportement cautionnait finalement sa boisson, et que je m' épuisais contre un mur en béton armé pour rien.

J' ai commencé à suivre une psychothérapie, au départ vis à vis de ma maladie, pour apprendre à gérer la douleur, et petit à petit, à comprendre mon propre fonctionnement, pourquoi mon entourage me disait "trop bonne trop conne", à apprendre à m' aimer moi même et à ne pas aimer qu' à travers le regard de mon conjoint et avec sa souffrance et sa maladie.

Ca a pris du temps, je lui ai demandé de partir, de se trouver un appart, je lui ai laissé un an, mais il n' a rien fait, croyant que c' était des paroles en l' air, que j' allais revenir sur ma décision.

J' ai fini par le mettre dehors, mes parents sont venus m' aider à faire ses cartons et on a tout mis dans un garde meuble, c' était en août

2009...

Il a vécu dans la rue, sdf, pendant près de 4 ans, ce n'est que cette année qu'il a pris la décision de suivre une cure de désintoxication, puis il vient d'avoir un appart.

pour ma part, j'ai quitté la région et je suis revenu vers mes parents, j'ai bcp culpabilisé de l'avoir abandonné, je suis suivie par un psychiatre et je me reconstruis peu à peu. je refait ma vie aussi, avec quelqu'un qui me respecte, et j'ai retrouvé tous mes amis !!!

Je comprends la souffrance que tu éprouves loin de lui, l'amour que tu as pour lui, mais interroge toi sur cet amour et sur ce que tu est prête à sacrifier pour lui, et oui, il est malade, mais ne te laisse pas envahir par la culpabilité de le laisser ou de faire une coupure. mon ex m'a dit y'a deux jours que finalement, le fait de l'avoir mis dehors lui avait donné une seconde chance dans la vie, ce qui m'a permise de déculpabiliser de mon abandon...

Courage Cissou, quelque soit ta décision, et elle n'appartient qu'à toi, fais le avec ton coeur et ton âme, à savoir au fond de toi qu'est ce qui est le mieux pour toi, et pour personne d'autre, y compris ton copain ...

---

**Lupa - 04/05/2024 à 10h51**

Bonjour Cissou

J'ai fait l'erreur que tu fais , s'accrocher à un espoir

J'ai fait deux enfants avec lui en pensant qie après 7 ans de maturité de plus , une maison à la campagne et un bon travail il aurait de quoi se calmer

Non ....il a empiré sa dose

Ma santé en a pâtie

j'ai vécu en attendant de pouvoir me sauver , oui car cet homme était très malin et savait manipuler et je m'accrochais au jours super bien ! Quel désastre pour mon système nerveux

j'ai eu deux parents toxiques , j'ai continué avec un mari toxique

Seulement à vouloir les sauver tous voilà le tableau :

C'est moi qui ait fait deux tentatives de suicides pas mon ex mari

C'est moi qui suis bousillée par son comportement violent

J'ai eu peur toute ma vie - j'ai encore des angoisses tout les jours le soir

J'ai passé 26 à lutter contre l' alcoolisme de mon ex et ses amis alcooliques

À croire. À minimiser le comportement grave que je voyais pourtant

à m'accrocher à toutes les bonnes raisons de continuer à l'aimer

deux enfants et la vie à gérer seule

Mon fils se drogue ... depuis l'âge de 15 ans ( suit le modèle du père )

Ma fille pour le moment est raisonnable

Ne fais jamais d'enfant avec lui

Et tire toi

Arrête de vouloir faire la sauveuse !

Mon ex a refusé de se faire aider et d'arrêter de boire alors que je fais deux TS graves et que je lui ai instamment exigé  
Pour lui tout allait bien et il m'a toujours fait passé pour le problème

Je vois que sa seconde femme le quitte au bout de 5 ans

Elle a gravement augmenter sa consommation d'alcool et est tombé en dépression - le cadeau d'aimer un alcoolique

Je suis devenue dépendante à l'alcool après avoir passé ma vie à lutter

J'ai arrête 3 ans et j'ai repris la conso à cause d'un autre homme influent qui m'a fait craqué ....

J'ai augmenté ma dose d'alcool après , par déception de tomber encore sur un manipulateur

Bref l'alcoolisme c'est l'enfer à vivre des DEUX CÔTÉS

Je contrôle ma conso mais c'est difficile parfois et là je me culpabilise de reproduire 26 ans d'exemple que j'ai détesté

Part ! Tu mérites mieux et il est facile de partir maintenant !!

Que cherches tu à prouver en restant ??oui c'est vrai le changement existe mais pas pour certains

Pars ....

Tu veux devenir malade comme lui ?