ALCOOL-INFO

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

JE NE SUPPORTE PAS LORSQUE MON CONJOINT BOIT MÊME JUSTE UN PEU

Par Sanonyme Postée le 06/03/2024 04:22

Bonjour tout le monde, Je suis en couple depuis 6 ans. Mon conjoint boit normalement, c'est-à-dire qu'il consomme pour le plaisir, lors de repas ou lorsque l'envie lui prend. Il lui arrive de ne pas boire certains jours ce qui est très très rare, et parfois, il va boire tous les jours s'il y a des occasions ou pas, parfois de façon excessive. De mon côté, ayant eu un parent alcoolique, et moi qui buvait énormément aussi presque tous les jours et chaque week-end. J'ai pris une très grande décision depuis mon opération et aussi par rapport aux enfants lorsqu'il nous voyait complètement ivres, je me suis dit plus jamais ça. Maintenant, j'ai du mal à accepter que mon conjoint boive parfois ou quotidiennement, même si ce n'est qu'un verre. Cela me rend malheureuse. Nous en avons parlé très souvent et comme toujours ça se termine en dispute, je lui ai demandé si c'était parfois possible de ne pas boire même s'il en avait l'occasion. Après avoir réfléchi longuement, il m'a dit que vu que pour lui sa consommation n'était jamais excessive, et que c'était un simple plaisir, même si quotidien par période, il ressentait ça comme une privation de liberté et estimait que je devais arrêter de le faire chier avec ça Et qu'il ne va jamais arrêter de boire. Parce que moi-même, j'ai décidé de ne plus boire l'alcool. Je ne sais plus quoi faire lorsque j'aborde le sujet, il se met directement sur la défensive. Je suis épuisé lorsqu'il boit, je préfère rester loin de lui, car il devient agressif verbalement et sa façon de parler à nos enfants comme s'il était en train de parler a des adultes alors qu'ils n'ont que 3 ans et 1 an. Lorsqu'il est sous l'emprise de l'alcool, j'ai envie de prendre les enfants et de partir loin de lui. Il boit même alors qu'il conduit avec le camion de fonction de l'entreprise où il est embauché. Il est déjà arrivé, complètement ivre à la maison et le pire, c'est qu'il a pris notre fils en conduisant complètement ivre. J'ai pleuré lorsque c'est t'arriver. J'étais en panique qu'il arrive quelque chose à notre fils. Il était même allé en prison à cause de ça car il était récidiviste. En conduisant sous l'emprise de l'alcool et qu'il sortait de son ancien boulot ce jour-là. Et j'étais enceint de mon fils en plus. Au tout début du confinement du COVID Pour lui, il ne fait rien de mal, ce n'est pas un homme qui fera le premier pas pour venir s'excuser même s'il a tort ? Je ne sais pas combien de temps, je vais supporter ça ? C'est le seul point négatif qui tue notre couple, j'ai tout essayé pour le faire comprendre, mais rien y fait, il reste sur sa position malheureusement. Je suis perdu, car je l'aime vraiment surtout pour nos enfants qui réclament leur père très souvent lorsqu'il part travailler, vraiment, je ne souhaite pas une séparation. J'ai besoin d'aide et de vos conseils s'il vous plaît pour qu'il puisse comprendre ce qu'il fait n'est pas bien et fait faire et dire des choses vraiment pas bien. Merci beaucoup as ceux qui m'auront lu, car je me sens malheureuse lorsqu'il boit.

Mise en ligne le 08/03/2024

Bonjour,

A la lecture de votre message, nous comprenons un souhait de le partager avec d'autres personnes qui vivraient ou auraient vécu une situation similaire à la vôtre. Pour cela, nous vous joignons ci-dessous les liens de nos espaces « Forum de discussions » et « Témoignages » de notre site.

Ayant pris connaissance de votre message et comprenant votre désarroi, nous nous permettons d'y répondre de notre place de professionnels.

Le début de votre message laisse penser à une consommation « pour le plaisir » et irrégulière de votre conjoint, quant au fil du message celle-ci est décrite comme régulière, immodéré et aux conséquences préoccupantes.

Nous comprenons que la question de la consommation est conflictuelle. Il n'est pas rare que l'inquiétude mène à une focalisation sur le sujet « alcool » et un sentiment pour l'usager de jugements, de reproches, d'incompréhensions, qui mènent à la défensive, l'agressivité et parfois même à une augmentation des consommations.

C'est pourquoi, il est parfois préférable de ne plus aborder cette question de consommation sur laquelle vous ne pouvez agir directement.

En effet, ne plus parler d'alcool au profit d'échanges autour de votre inquiétude sur les prises de risque et les conséquences de certains de ces comportements, des risques pour sa santé, l'encourager prendre soin de lui pour votre avenir commun, valoriser ses qualités, favoriser le dialogue autour de ce qui vous unit pourrait peut-être permettre de revenir à un contexte de vie plus apaisé et un retour à une consommation modérée.

Si comme vous l'indiquez, vous ne supportez plus la moindre consommation et que votre compagnon n'est pas disposé à ne plus consommer, nous invitons à réfléchir à faire un pas de côté afin de trouver un compromis dans la mesure où vous ne souhaitez pas vous séparer de lui. Cependant il arrive qu'aucun compromis ne soit possible, c'est à dire qu'aucune des personnes ne puisse ou ne veule infléchir sa position. Dans cette situation les souffrances peuvent s'accumuler et la rupture devient parfois inéluctable.

Conscients que cette situation est très difficile à vivre, il nous paraît important de vous informer que les professionnels spécialisés sur les questions de dépendance, au-delà des consultations d'aide aux usagers qui le souhaitent, proposent également des consultations d'aide à l'entourage souvent en souffrance et démuni.

Les consultations sont accessibles en prenant rendez-vous, individuelles, confidentielles, gratuites et non sectorisées. Il en existe d'autres autour dans tous les départements. Nous vous joignons un liens ci-dessous. Cela pourrait vous permettre d'être aidée dans la réflexion pour appréhender la situation.

Si vous souhaitez des informations sur cette orientation ou encore évoquer la situation sous forme d'échange dans un premier temps, il est possible de nous contacter tous les jours de 8h à 2h au 0980 980 930 (appel non surtaxé et anonyme) ou par chat de 14h à 2h en semaine, de 14h à 20h les samedi et dimanche.

Nous vous encourageons à ne pas rester seule dans cette situation

Bien cordialement

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIV

CSAPA CICAT 28- CONSULTATION DE PROXIMITÉ

15 place du Marché
Maison Médicale
28250 AUTHON DU PERCHE

Tél : 02 37 28 19 22
Site web : www.cicat.fr
Accueil du public : Un mardi sur deux de 9h à 17h
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Alcool info service
- Témoignages Alcool info service