FORUMS POUR L'ENTOURAGE

MON MARI C'EST RÉMI A BOIRE APRÈS ARRÊT DE 2 ANS

Par **Jess** Posté le 29/03/2024 à 09h21

Bonjour ,

Mon mari c'est remis a boire après un arrêt de 2 ans . Je suis démuni car malgré les discussions sur le faite que j'ai peur pour lui sa santé je soignante en plus donc des Péronne alcoolique j'en vois et je vois les dégât que sa occasionne. Il me répond il ne m'arrivera rien ! Son humeur est en dent de scie il va être bien d'un coup le hurler dessus pour un rien , ou alors ne pas parler. Il le cache les bouteille même vide dans le frigo souvent donc facile de compter combien il boit. Je ne sais plus comment l'aider. Je prend sur moi par que ça va 23 ans qu'on es ensemble qu'on a 2 enfants que je n'est pas envi de le quitter mais je commence vraiment à être au bout de force.

15 RÉPONSES

Flo6969 - 30/03/2024 à 13h22

Je te comprends, je vis la même chose, sauf qu'il n'a jamais arrêté et que je n'ai pas d'enfant avec lui, mais dès sociétés.

Melana - 01/04/2024 à 22h30

Bonjour Jess ,

Je viens de vous lire je suis comme vous À bout
Malheureusement si votre mari ne veut pas se soigner vous pouvez rien faire

Est-ce que votre conjoint a eu un déclic ? Est-ce qu'il reconnaît qu'il est alcoolique ? Je viens de penser à un truc, mais je ne sais pas si c'est la bonne solution peut-être qu'un jour vous aurez l'occasion de l'emmener dans votre lieu de travail Si vous soignez des personnes Qui ont été alcooliques et qui ont beaucoup de dégâts peut-être que ça lui ferait un déclic? et peut-être prendre conscience de certaines choses ?

Ou bien alors j'ai pensé encore à une autre solution(Pour ma situation bien sûr, mais si cela peut vous aider pourquoi pas ?)

Si votre mari boit le soir pourquoi ne pas vivre Chacun chez soi le soir bien sûr

Enfin voilà

Moi j'ai posté aussi ce soir car j'en ai plus .

je suis contente que je ne sois pas la seule (Enfin, je suis désolée D'être contente, mais enfin je ne suis pas seule, y'a des femmes comme moi qui vivent le même calvaire que moi!) et ça me fera plus qu'on doit tous se soutenir .

Bon courage

Flo6969 - 02/04/2024 à 09h48

Bonjour Mélana ,

Ton message m'a arraché un sourire.

Oui on est cintrée de ne pas être seule, de moins se sentir seule mais ça n'est pas une façon de se réjouir du malheur des autres.

C'est bien le principe de ces forums d'entraide.

Ce matin je me dis que je dois prendre du recul, c'est à dire le mettre moins au cœur de ma vie.

Du coup je suis sortie boire un café sur une terrasse au lieu d'ouvrir mon ordi (je travaille de chez moi).

Je m'interroge depuis 15 min pour savoir ce que j'ai vraiment envie de vivre.

Je suis un peu embrouillée tellement ma tête, mes nerfs et mon cœur sont envahis de ce que je n'ai pas envie de vivre.

Et je n'ai pas de gros projet, juste une série de choses que j'aime faire dans ma vie.

Si j arrive à tenir ce cap, ça risque de me prendre un moment de me recentrer sur moi.

Mais ça me semble est une idée intéressante.

Je fais déjà beaucoup de choses pour moi, mais affectivement, cette relation prend beaucoup de place.

Et je ne me sens pas attirée par les relations un peu tièdes. Alors comment trouver bon équilibre.

Et aussi tenter d impliquer un peu son entourage, je porte ce poids assez seule sur mes épaules. Il a des enfants, des amis. Tout le monde fair l autruche, je suis là seule à m impliquer. Donc la chieuse aussi en fait. Et celle qui les nerfs en pelote.

Mais il y a qq chose à explorer pour moi la dedans.

Bonne semaine à vous toutes

Melana - 02/04/2024 à 10h31

À ben désolé alors si j'étais trop expressif c'est ma façon d'être ! Bref bon courage dans ce cas

Flo6969 - 02/04/2024 à 14h59

Desolee mon message est mal écrit, j ai tres bien compris qu on puisse être à la fois heureux de ne pas être seule et triste pour l'autre d etre dans cette situation.

J ai écrit trop vite, votre honnête m a fait rire et j en avais besoin. 😊

Jess - 02/04/2024 à 20h03

Je viens de lire tous vos messages, je suis comme vous "contente de ne pas être seul" ce week end il est dans une phase positive ou il es bien mais je me demande combien de temps ça va durer vu qu'il n'a pas réduit sa consommation d'alcool. Malheureusement je ne peux pas l'emmener sur mon lieu de travail car je travail dans un service de soins et que je suis tenu au secret médical. Mais quand je vois certain patients qui nous arrive avec des antécédents OH ou encore OH une fois hospitalisé c'est horrible . Il avait arrêter lorsque je me suis fais opérer de nodule a la poitrine la dernière fois. J'ai laisser des documents sur l'addiction a l'alcool sur la table de la salle a manger mais je pense qu'il n'a pas regarder . Après mes collègue me disent que temps qu'il es là bière ça va 1,5l c'est pas trop grave mais pour moi c'est déjà trop je trouve .

rewinder - 02/04/2024 à 20h42

Bonjour à tout le monde,

Je suis un alcoolique qui a réussi à se soigner, et qui tient l'alcool à distance depuis plus d'un an. L'idée de boire de nouveau me dégoute, mais je me considère toujours comme alcoolique, parce que je tiens à ce que cette saloperie ait toujours un aspect menaçant pour moi.

J'ai vécu 11 ans avec une femme a qui j'ai caché mon état, jusqu'aux derniers mois de notre relation. Elle a rompu notre relation : il en a suivi pendant quelques mois une accélération de ma consommation, puis la décision d'entrer en cure, et donc la fin de mon alcoolisation depuis novembre 22.

Si vous voulez en savoir plus sur mon histoire, j'ai créé le fil de discussion "journal de liberté" ici, sur ce site, dans les "forums pour les consommateurs" où j'ai raconté les trois années passées à me débarrasser de l'alcool.

Je voudrais vous dire plusieurs choses :

1°) la seule personne qui puisse sortir un alcoolique de l'alcool c'est l'alcoolique lui-même. On peut rapidement s'épuiser à faire évoluer quelqu'un qui est enfermé dans sa dépendance. Donc, vous pouvez accompagner, soutenir : mais celui qui doit se bouger le cul, faire le gros du boulot, c'est l'alcoolique.

2°) la différence entre un enfant et un adulte, c'est que l'adulte doit être capable de s'occuper de lui-même. Vos compagnons, conjoints, etc... ne sont pas des enfants : ils sont des adultes, qui sont censés marcher à vos côtés. La meilleure façon de respecter et d'aimer un être humain, homme ou femme, c'est de le traiter en adulte capable de se prendre en main. Et donc de le mettre face à ses responsabilités.

Je comprends que ce que je dis là est dur : mais croyez-en l'expérience d'un type qui vient de "l'autre côté" : il faut être dur avec un alcoolique. Si ma compagne ne m'avait pas chassé, je serais peut-être encore en train de cacher des bouteilles un peu partout dans la maison, et de continuer à la détruire tout en me détruisant moi-même.

Si jamais vous souhaitez me poser des questions, je suis à votre disposition. Si mon témoignage ici vous importune, dites le moi et je ne m'incrusterai plus.

Pierre, alias "Rewinder"

Flo6969 - 03/04/2024 à 13h11

Merci Rewinder,

Ca fait du bien de lire ça.

Je suis passée par diverses phases, déjà me rendre compte qu'il y avait un problème, puis le rendre compte que je me mettais à boire de plus en plus, donc gérer ma propre consommation, puis arriver à en parler avec lui, le faire sortir de son déni. Et depuis, je tâtonne, entre mes propres problèmes et les siens, pas toujours facile de savoir sur quoi je réagis. Et puis il y a toujours de beaux moments.

Mais là, comme he ne suis pas toujours là, j'ai demandé qu'il fasse un effort au moins quand je suis là, ce qu'il fait parfois, souvent qq jours après une demande au forceps. Mais du coup il semble qu'il boive de plus en plus quand je ne suis pas là.

Comme si quand je dis, "bois moins quand je suis là" il le réinterprète comme "bois plus quand je ne suis pas là"

J'ai essayé de parler en mon nom, sur le mal que ça me fait, l'inquiétude qui est la mienne.

Mais sincèrement, hahaha, c'est les limites de la communication non violente, c'est un bon outil pour se faire ballader, le cœur à nu.

Et là je sens que j'en suis aux questions relatives à la fin de la relation.

Qu'est-ce que je perds si j'arrête. Qu'est-ce que ça peut donner. Est-ce que je suis prête à ça

D'un côté ça me brise le cœur, de l'autre ça me renforce la colonne vertébrale.

Alors ton message tombe au bon moment.

Je suis fondamentalement contre les menaces, car j'ai pour principe de ne prévenir d'une décision de séparation que si j'en suis vraiment prête à assumer cette décision et prête à tenir tête. Les warnings pour faire réagir, c'est à mes yeux, juste un bon moyen de faire et de se faire mal au cœur.

rewinder - 03/04/2024 à 16h42

Flo6969,

Je crois qu'une vie en couple avec un malade de l'alcool (c'est comme ça que ça s'appelle) n'est possible qu'à plusieurs conditions :
1°) Que celui qui est malade regarde la réalité en face : "je suis malade, je suis alcoolique, mon état me détruit et détruit la personne avec qui je vis.

2°) que celui qui est malade entreprenne REELLEMENT quelque chose pour se soigner : traitement au Baclofène, suivi en CAPSA, éventuellement cure en établissement psychiatrique.

3°) Que des conditions de "fonctionnement en commun", soit établies et respectées, comme tu l'as dit : "tu ne bois pas trop pendant que je suis là".

Celle ou celui qui vit avec un malade de l'alcool NE PEUT PAS être celui ou celle qui fait tout le boulot. Ces conditions me semblent vitales, sinon ça veut dire que la personne qui vit avec l'alcoolique se sacrifie. Et une relation sur le mode sacrificiel, ça ne mène qu'à des mauvais endroits : tu t'en es aperçue toi-même quand tu as pris conscience que tu commençais toi aussi à trop boire.

Les menaces ne serviront à rien, tu as tout à fait raison. Mais par contre, tu as le droit, il me semble, de poser des conditions. Dans un vieux film, un personnage dit "l'amour c'est du rêve, la vie à deux c'est du travail". Il y a des conditions de travail qu'il faut définir...

Jess

Tu dis que ton mari a repris après deux années d'abstinence. Est-ce que parce qu'il s'est passé quelque chose, ou est-ce parce qu'il pense que ces deux années ont "régulé le problème" ?

Mar974 - 04/04/2024 à 05h22

Moi je pense qu'il a FT un chut encourager le à reprendre ses efforts courage

Jess - 06/04/2024 à 12h07

Il a recommencé au fête de Noël, après il a eu un accident de voiture, sa voiture est épave sa voiture c'est sa 2nd femme elle est toujours dans notre garage il l'assure pour rester au garage, n'a aucune notion de mécanique et veut la réparer. Je n'achète plus une bouteille d'alcool si il en veut c'est avec son argent (nous avons les comptes séparés) aujourd'hui il n'a plus rien à boire donc le week-end va être compliqué il est déjà distant et est avec sa voiture depuis ce matin. Cette semaine il allait bien faisait attention à moi et voilà le bien était de cour moment

Flo6969 - 09/04/2024 à 08h43

Merci Rewind,

Tu as raison, que dire de plus.

Un batteur qui a tapé juste !

J'ai réalisé que je me suis bercée d'illusion par rapport à sa consommation d'alcool. De temps en temps il me dit de lui faire confiance, qu'il a besoin de messages positifs de ma part pour l'encourager, ou bien il diminue sa consommation un soir. Puis il reprend de plus belle.

Toutes ses facultés sont amoindries, son corps est marqué. Et je réalise qu'il y a une différence entre être un conjoint "aidant" ou un conjoint "subissant", la différence étant le déclic du conjoint lui-même.
Déclic qui n'a pas eu lieu.

Donc je suis un conjoint subissant.

Pas glop du tout.

rewinder - 09/04/2024 à 10h27

Flo, Jess,

Je vais encore dire un truc terrible. Un alcoolique est en relation de dépendance avec une substance chimique, la molécule d'alcool. C'est une relation d'esclavage. Et la pire de toutes : celle où l'esclave est fasciné par son maître.

Quand j'ai vraiment plongé dans l'alcool, je me suis peu à peu coupé du monde, de mes amis. Il n'y avait plus rien d'autre de plus important à mes yeux que la bouteille pleine qui allait accompagner mes prochaines heures.

L'alcool te coupe du monde, te rend même incapable d'aimer autre chose que l'alcool. Certes, pendant les moments "à peu près à jeun", je me souvenais de l'amour que j'éprouvais pour ma compagne, j'avais quelques moments où j'étais à nouveau un vrai compagnon. Et puis je retournais voir ma maîtresse chérie : la gnôle. Et je devenais distant, agressif, parfois méchant, crasseusement et stupidement méchant. La gnôle détruit le meilleur de nous-même.

Si vos compagnons ne décident pas de se soigner, où qu'ils disent l'avoir décidé mais ne le font pas réellement, ils vous mettent "hors jeu de leur vie", et vous n'avez pas à gaspiller la votre à tenter de sauver la leur.

Vous ne pouvez les aider que si ils décident de rompre - définitivement - avec cette maîtresse. Ça prendra du temps (il faut 7 sevrages en moyenne pour décrocher définitivement) et pendant ce temps vous pouvez effectivement les accompagner, les soutenir, mais en étant exigeante, pas laxiste.

Flo6969 - 09/04/2024 à 12h14

Merci Rewind,

Toi et ta plume acérée.

Tu m'aides à y voir clair.

Mon cœur est comme un vieux moteur usé.

Et même si il a enfin décidé d'aller voir psy, un premier rdv, avec une psy pas du tout spécialisée dans la dépendance alcoolique, à tel point que ça ressemble plus à un truc pour m'endormir qu'une vraie démarche, je ne ressens pas d'espoir.

Nos discussions se limitent à des échanges d'informations autour de notre travail (on travaille ensemble), ou des menus des repas.

Et c'est toujours moi qui suis revenue pour parler des "vrais sujets", la je n'en ressens même pas l'envie.

Je me dis que si qq chose peut se passer, ça passera par mon départ, un départ annoncé clairement, avec des conditions annoncées clairement.

Qu'il réfléchisse à ce qu'il veut faire de sa vie.

Mais il n'y a pas l'option "ma femme et mes bouteilles".

Je laisse ça mariner à feu doux.

Et merci, tu m'aides beaucoup.

Comme ça m'a aidé de voir ce que vivent les alcooliques sur le fil que tu as créé.

Ma fille chante merveilleusement bien.

Le chant est un outil incroyable pour passer des messages.

Plutôt que des livres, pourquoi n'écrirais-tu pas des chansons sur ce que tu as vécu, ce que tu vis ?

Belle journée

rewinder - 09/04/2024 à 12h32

Flo,

Déjà fait... Notamment un blues lourd, appelé "le brouillard", écrit alors que j'étais ivre en 2009 et qui hurle déjà dès ce moment-là mon envie irrésistible de sortir de là.

D'ailleurs, le début de mon témoignage, "Sparadrap" se passe dans mon studio d'enregistrement, puisque j'ai déjà enregistré 3 albums perso, "voyager léger", "tous aux abris" et "jusqu'ici tout va bien". Mon prochain projet est d'en réenregistrer un 4e, mais sobre... mais pour ça il va me falloir un ingrédient qui me manque un tantinet : 3 semaines de tranquillité sans rien avoir d'autre à faire...