

BESOIN D'ECLAIRAGE SVP!!

Par **Profil supprimé** Posté le 17/01/2016 à 16h38

bonjour et merci de prendre le temps de lire..

voila mon compagnon a un souci que je pense etre lié avec l'alcool.fut une periode ou il buvait enormement,voir tout les jours,des le matin,et ce pendant longtemps.maintenant depuis un peu moins de 2 ans,il ne boit plus tout les jours,il arrive a tenir a 1 biere par jour mais parfois ca derape,il part,ne donne plus de nouvelles,se mine le crane severe a l'alcool (8.6 et leffe),si par malheur il rentre avant d'avoir decuver c'est horrible,je ne le reconnait plus,il devient agressif,violent dans ses paroles,limite menteur,meme si je ne dis rien ou essaie de calmer la chose (pas evident de rester calme dans ces moments la.j'ai passé l'eponge des millions de fois.j'en suis arrivée a un tel point que je ne supporte plus l'alcool et l'ai limite interdit a la maison.actuellement depuis le mois d'octobre c'est redevenu limite 2 fois par semaine.j'ai été jusqu'a appelé la police,il en deviendrait agressif pour rien avec n'importe qui.la derniere crise remonte a ce mercredi,ou j'ai essayé a nouveau de lui faire confiance,de laisser du credit a ses paroles meme si je savais tres bien comment ca allait finir (que je suis bete!!!!).pas loupé il est rentré au bout de presque 6h,bourré,avec de l'alcool plein son sac a dos.je n'ai rien dit,et il s'est mis a pleurer,insulté,se frapper la tete,et meme a se parler a lui meme comme si il y avait quelqu'un avec nous.il ne fait que vomir et estrtre mal apres (je trouve ca nul de se metre aussi mal).nous vivons une periode tres difficile dans notre couple,je suis actuellement en formation reconversion professionnelle et lui ne fait plus rien depuis 1an,rien ne lui fait envie meme pas nous (nous avons 2 magnifiques filles de 11 et 4ans).je suis perdue je l'aime mais je n'arrive plus a croire ni en ses paroles ni en ses actes,je m'en rends malade,sachant que dans sa famille il y a des maladies des nerfs et de l'alcoolisme a grande echelle,mais il ne veut pas le voir il se voile la face.mon recit est un peu brouillon,desolé,je ne sais comment resumer tout ca.je sais que j'ai ma part de responsabilites la dedans (j'ai fait des erreurs aussi mais je me suis repris en main comme il faut,pour le bien de notre couple et notre famille) mais la je sais plus.....que dois-je faire???

15 RÉPONSES

Profil supprimé - 20/01/2016 à 13h03

Bonjour
Donc il ne veut pas reconnaître son alcoolisme ? Avez vous des amis au courant de cette situation ? Pourquoi ne fait il plus rien depuis 1 an ?

Tu sais, je ne pense pas que tu parviennes a le guerir S il ne reconnaît meme pas son problème c est encore pire Le chemin est long !

Te sens tu prete a le quitter ? Pcq toi et tes enfants ne peuvent subir cette situation toute votre vie non ?

Profil supprimé - 22/01/2016 à 18h14

Dire que c'est un difficile problème est une Lapalissade , dire qu'on comprend c'est mieux . Il faut aussi savoir se protéger , il y a des associations pour ça ; pour ne pas croire que l'on est coupable de tout . Certains guérissent , d'autre pas , mais il y a toujours une chance que ça marche ; bien sûr à la condition que l'on en aie la volonté , ce qu'on entend à chaque fois . Je ne sais pas , aussi je ne donnerai pas de conseils ; parce que l'on ne peut pas savoir à la place de l'autre . Je viens de vivre une histoire comme celle là , je veux dire avec l'alcool ; et si j'ai tenu le coup ce n'est qu'en gardant ma foi ou mes convictions , et un but . ne pas culpabiliser , ni culpabiliser l'autre . Bien sûr , les sentiments sont très présents , on ne peut rien contre son cœur et la bonne volonté ; mais tant pis , ne vaut il pas y "laisser des plumes" que de céder à un sentiment d'échec ou d'abandon ou un sentiment de découragement . Peut être faut il savoir se surpasser , et être en même temps prêt à l'échec , sans être indifférent . La police ? Je l'ai eue sur le dos , et je ne me suis pas laissé faire , quelqu'un qui boit ; ne fait pas de cadeau mais c'est une situation ambiguë quand la police se manifeste . Ils ne sont pas finauds , même s'ils font leur boulot ; sauf que c'est un système avant tout répressif et judiciaire ; qui n'a rien à voir avec le civil . Je pense que le médiateur est certainement plus apte à dédramatiser et à aider , en tout cas ; il y a les associations qu'il faut peut être tenter ; sait on jamais . Tout doit être bon , quand il s'agit de faire du bien ; même s'il y a forcément mais pas toujours es accrochages , qui peuvent forcément être évités . Mais je ne sais pas , je ne suis pas né avec la science infuse , pourtant je sais qu'il faut faire avec ce que l'on sait ; surtout avec de la patience , et le plus de bonne volonté possible . Tant pis pour les doutes , qui viennent des commérages ou de toute autre chose . Si on croit ou si on pense pouvoir y parvenir , il faut essayer ; en gardant sa tête sur les épaules et ne pas trop yoyoter . Bon courage , sait on jamais .

Profil supprimé - 22/01/2016 à 23h10

En quoi et de quelle façon pourrait tu être aidée ? Je suis en association , ça peut être un soutien . Aller à ces réunions sur ton lieu de résidence pourrait t'aider à mieux voir les choses , et à changer .

Profil supprimé - 25/01/2016 à 12h47

cela fait 4 ans que ça dure, depuis la grossesse de ma dernière. j'ai tout tenté, lui tendre la main, lui faire comprendre que je suis là, que nous sommes là, j'ai pardonné des millions de fois sans jamais cesser d'y croire... le plus dur à supporter sont les paroles, toujours les mêmes, qui reviennent constamment, qu'il oublie une fois déçu... je ne veux pas abandonner, mais j'arrive à un stade où je me dis que tant qu'il n'assumera pas qu'il y a un souci on y arrivera pas. pour lui il n'y a pas de dépendance puisqu'il ne boit plus tout les jours, n'a pas de symptômes de manque (tremblements etc...), certes mais maintenant c'est des pertes sévères de mémoire, vomissements quasi instantanés, il est dans le mal complet après, ne reconnaît plus personne et s'en prendrait à tout le monde y compris nous, voir surtout nous... j'ai mes filles à protéger, ma grande le vit ultra mal, elle a 11 ans et est au mauvais âge, pourtant qu'est-ce qu'elle aime son père!!! pour ma dernière elle réagit de façon "normale" et "détachée", nous regarde comme si de rien n'était quand ça explose (elle vit ça depuis sa naissance) et pour moi ce n'est pas normal!!! je ne côtoie personne et n'en parle qu'avec ma mère, donc je ne peux et ne veux tenir compte du jugement extérieur. depuis la dernière crise tout se passe très bien, c'est limite idyllique... mais je sais que ça recommencera et je suis en angoisse permanente même si je ne le montre pas, j'ai ma vie de famille et ma vie professionnelle actuellement à gérer comme je peux et c'est très dur par moment.

Profil supprimé - 25/01/2016 à 22h51

Dans mon histoire, j'ai tenté d'aider à s'aider mon amie. Un cas d'alcoolisme aigu. C'est très, très dur. Je me suis attaché à lui parler calmement, quitte à me faire éjecter; quand la dose était dépassée; elle l'était tous les jours. J'ai expliqué, que les deux produits, alcool et médicament, ne pouvaient que mener à un état; un état comme s'il s'agissait d'un troisième produit qui se créait. Mais avec le maximum de douceur, il faut y aller avec le cœur et pas avec la raison. C'est sûr, que je risquais d'y "laisser des plumes", et le toubib disait la même chose. Là où j'ai mal joué, c'est que je n'ai pas pu obtenir de communication avec son toubib; mais je me suis tuyauté autrement, en demandant au 15 des conseils. Quitte à les appeler en cas d'urgence, ce qui s'est produit; car je n'étais pas sur place, et j'ai encaissé la réflexion des pompiers; qui n'ont pas été plus "sauveurs"... que moi. Dans ces cas là, le découragement guette, et ça peut être très dur, mais il faut garder en tête que l'on veut pour une bonne cause. Ce n'est pas du masochisme, il faut savoir souffrir un peu et ne pas penser être trop égoïste. A ce stade, un alcoolique, ne sait pas lui-même pourquoi il boit, et il est inutile de lui vider ou de lui casser ses bouteilles. Comme il est inutile, de le pister. En fait c'est lui qui va pister, parce qu'il sera sur le qui vive. Je suis arrivé à ce qu'elle ne se cache plus, et le fasse sans drame. Surprendre quelqu'un qui boit au goulot directement, c'est qu'il se cache et qu'il a honte; donc qu'il culpabilise; et c'est douloureux pour lui, certainement très douloureux. De toutes façons, on ne peut pas aider seul; et celui qui veut cesser seul a toutes les chances d'échouer. Il faut trouver comment aider à s'aider; pas simple. Ce qui peut aider, est peut être d'évaluer sa consommation et de dire à son toubib, combien, et avec quoi. Ne pas se déconstruire, ne pas dramatiser, rester soi, ne pas céder à la panique, ne pas céder au sentiment même si la frustration affective est importante; tenter de trouver un exutoire affectif dans lequel on a du plaisir; autre, parce que l'affectif en prend un coup. En tout cas, certaines associations où on peut rencontrer des gens dans la même situation peut être une aide, un soutien, en attendant que les choses s'améliorent. Pouvoir espérer, c'est que l'on a encore des forces, et chercher ce moyen d'espérer est peut être un moyen de mieux tenir, au moins pour soi. Bon courage.

Profil supprimé - 26/01/2016 à 01h25

Bonsoir, je suis dans le même cas que toi, je suis épuisée moralement et psychologiquement, nous avons tous les 2 un bon travail, sommes mariés depuis 12 ans et nous connaissons depuis 22 ans. Je n'arrive même plus à me souvenir quand tout ça a commencé, au début c'était avec de l'alcool fort, il a fait une dépression et c'était son médicament... J'ai fini par faire un ts, ce qui a fait réfléchir quelques temps mais ça a juste changé l'alcool: il d'alcoolisme maintenant avec du vin et de la bière.. J'ai cru qu'il avait trop de pression sur les épaules, j'ai décidé de baisser notre train de vie, j'ai mis en vente notre maison pour nous installer dans quelque chose de plus humble, j'ai cru que j'avais trouvé la solution mais cela fait un an et demi que nous avons déménagé et l'année dernière a été très difficile.. Il est commercial donc il reste l'après midi à la maison pour boire et quand je rentre du travail je vois bien qu'il a bu, au début je ne disais rien et c'était très compliqué pour passer une bonne soirée, maintenant je vais directement à l'affrontement, je le menace de partir, je l'ai prévenu que je ne tiendrais plus une année... Même si il fait parfois des efforts, il retombe toujours et me ment mais je le vois très bien quand il a bu, ça lui arrive régulièrement d'aller rechercher les filles alors qu'il a bu... J'ai peur qu'un jour il ne se fasse arrêter et nous mette nous tourne sa famille dans la difficulté, il se détruit, il souffre, je voudrais prendre un rdv chez un alcoologue sans le prévenir mais j'appréhende sa réaction.. Pour nous femmes d'alcooliques, nous avons aussi besoin d'aide, notre famille souffre, je souffre, mon mari souffre, je voudrais tellement qu'il arrive à ne plus boire, je suis comme toi désespérée...

Profil supprimé - 26/01/2016 à 08h43

Je te donne ma façon de fonctionner après cette expérience plutôt douloureuse que je viens de vivre. Tu as une chance en te faisant aider? Je ne sais pas. On ne peut savoir pour toi, et il ne peut être savoir que pour lui. L'alcool est toujours le plus fort, et il a toujours raison, de quelque façon qu'il s'impose. Comme il désinhibe beaucoup de choses, il a plusieurs facettes. Comment pourrait-on t'aider? Les associations, sont là pour ça, parce que tu pourrais y trouver des gens qui ont une situation semblable à la tienne. C'est anonyme, et tu n'y est pas montrée du doigt, puisque tout ce qui s'y dit, ne sort pas de ces réunions. Ça peut préparer à autre chose, dont celui du pouvoir de changer, comme on dit dans celle où je vais régulièrement. Te décourager, est à éviter; et tu n'es pas en face d'un alcoolisme chronique. Avec l'alcool, on ne sait pas. C'est une maladie, et s'il est temps; il est toujours temps de tenter quelque chose, l'essentiel est sans doute que cette maladie n'évolue pas. Dans mon cas, je sais que moins je consomme, mieux c'est. Quand on s'ennuie, c'est facile! Et hop, un petit coup! On ne s'aperçoit pas, que c'est une habitude, c'est comme la cigarette; mais en plus insidieux puisqu'il en arrive à être nécessaire. Quand, ça ne va pas, on entend parfois de la part des 'copains'... Viens boire un coup, et ceux là de rigoler... Ça m'est arrivé; et quand j'en ai eu marre, d'un seul coup; je me suis offert une limonade. On m'a dit que on ne me payait pas de la flotte! Ce à quoi, j'ai répondu que j'étais assez grand pour me la payer tout seul! Avec un peu de psychologie, tu pourrais peut être aborder le problème autrement. C'est ton conjoint, donc pour moi aura tu peur de donner une opinion? Tu es peut être timide. Face à quelqu'un, qui a peut être de l'ascendant sur toi du fait de sa personnalité; il y a peut être un autre aspect à voir? Mais je ne sais pas. Un conseiller familial, un psychologue en conseil familial. Un trop proche comme ta mère, n'est il pas assez neutre, est ce que ça peut être une idée. Essayer, ne coûte rien que d'essayer, plutôt que de prendre la tête, sans solution. Bon courage.

Profil supprimé - 26/01/2016 à 20h39

merci beaucoup auriga, j'aimerais que ça vienne de lui, mais je n'ai pas beaucoup d'espoir même si on en discute beaucoup ensemble, il me dit ne pas être alcoolique, que lui ne fume pas de cigarettes, ne se drogue pas... donc ça façon de se détendre c'est ça, que pour

lui tout le monde a un échappatoire ou alors ce sont des gens ennuyeux...je pense que je finirai par m'épuiser complètement et à lâcher prise

Profil supprimé - 27/01/2016 à 08h50

rosaffaire, pendant très longtemps j'allais à l'affrontement aussi, quitté à m'épuiser mentalement, je m'en suis détruite complètement j'ai fait une anorexie dépressive l'été 2014, je ne pouvais plus l'entendre ou le voir sans aller vomir, dans ma tête c'était le chaos complet j'ai été à deux doigts de tout lâcher (même mes filles) et de partir, pensant que je n'y arriverais jamais et j'avais honte de la vie que je leur offrais, alors qu'à la base je suis quelqu'un de battant malgré les coups durs de la vie, mais quand cela nous touche personnellement c'est ultra dur de résister. maintenant je prends ça de façon détachée (si je peux dire, presque), certes je stresse énormément et j'angoisse (je suis très anxieuse et stressée) mais je me concentre sur mes filles qui sont là, j'essaie de minimiser l'impact quand il rentre jusqu'à ce qu'il aille se coucher, que sa betise se verse sur moi, mais par contre j'attaque le lendemain dès qu'il est déçu et là je balance tout, ses paroles, son état, nos mal-être, je ne pleure presque plus parce que je crois que j'en suis arrivée à un stade où je me dit pourquoi?? pourquoi devrions-nous accepter de subir ça?? pourquoi nous?? j'arrive à le rendre avec du recul et je sais qu'un jour je ne passerais plus l'éponge malheureusement. ce qui fait mal (et c'est dur!!!) c'est que oui je l'aime à en crever, c'est mon âme sœur, quand tout va bien il est génial, et c'est un super papa, on rigole énormément, mais la communication entre nous est devenue de plus en plus difficile avec tout ça, on ne se comprend plus.... auriga, c'est bien ça le problème, les potes qui l'entourent, qui ne sont vraiment pas mieux voir pire et qui se permettent d'émettre un jugement et de critiquer tes choix (surtout le fait que non tu n'acceptes pas!!!) c'est pour ça que j'en suis arrivée à ne plus en parler (sauf ma mère qui le vit aussi du coup), pourquoi j'en parlerais avec des gens qui finalement ne sont là que pour se miner le crane eux-mêmes?? depuis que j'ai attaqué ma reconversion je recommence à en parler (avec ma formatrice surtout, c'est quelqu'un de formidable, à l'écouter, pas dans le jugement, et qui m'aide énormément), je vais moi-même aller voir un psychologue ou un médiateur, il faut que je me libère de tout ça, que je vide mon sac (j'ai un très lourd passé qui m'a bouffé pendant énormément longtemps dont je me suis "libérée" depuis presque 2 ans). j'en parle ici parce que pour moi il est plus simple de y arriver de façon anonyme, et de me dire qu'en plus ici sur ce forum, il n'y aura pas de jugements, mais des gens comme moi. j'attends la prochaine crise (je sais qu'elle aura lieu malheureusement) je me prépare et ce forum va m'aider je l'espère à avancer 😊

Profil supprimé - 27/01/2016 à 23h11

Pour rosaffaire. On m'a donné en association, un petit dépliant qui s'intitule : Le Carrousel de la négation. J'ai eu ça avec Al Anon. Il pourrait peut-être t'aider à comprendre ce qu'est le Carrousel. Dans cette brochure, on montre tous les intervenants. Le secouriste, La victime, Le provocateur, c'est une pièce en trois actes. Je ne peux t'expliquer ni t'écrire tout ici. Procure-toi cette brochure, si tu veux; dans une association Al Anon. Tu vas voir comment fonctionne le déni, et la chance opportune à créer qui va se manifester; c'est très subtil. Il faut des complicités. Tu as la chance d'être? Je ne sais pas, je ne suis pas extra lucide (sourire); d'être dans un schéma familial ou d'amis favorable (peut-être?) Dans ma brochure, je me suis retrouvé dans différents rôles joués dans cette pièce. Mon travail a duré huit mois, j'ai du fait risqué ma santé... parce que j'avais atteint des limites... très compliqué. Douar NEVEZ, avec ses centres C.S.A.P.A seront très efficaces, en accompagnement. En tout cas, si c'est un bon conseil; ne t'isole pas en étant l'objet du déni, qui pourrait prendre l'ascendant, et endormir la vigilance (ce qui a failli m'arriver) mais je ne suis pas juge de la situation et pas intervenant, j'essaie de te donner des infos; même si ceci peut paraître confus. Je m'en excuse. S'isoler et être trop "seul" face au déni, est comme vouloir en sortir seul. Impossible. Impossible sauf en cas de sevrage brutal (Judiciaire, ou Pénal, qui sont violents) J'aurai pu déraiper, plus sévèrement, ou continuer, autrefois; je sais donc par expérience comment ça se passe, dans ce cas. En tout cas, une chose est sûre, si il y a succès; et abstinence même très longue, on peut avoir un terrain favorable; qui facilite les dérapages, "involontaires". Je te précise par le terme de dérapage; que si je peux gérer, ma consommation et avoir la volonté de couper, personnellement quand je veux, la consommation bien gérée reste "un terrain" où on marche sur des œufs... Je ne risque peut-être pas grand chose maintenant à plus de 60 ans, mais je peux t'assurer que ce n'est jamais gagné, tant que tu n'as pas passé certain stade; où tu prends conscience que, aussi fort et motivé que tu sois; SEUL, c'est impossible dans tous les cas. Ne pas se décourager, patience, persévérance; qualités de base à sans cesse remettre sur l'ouvrage. Bon courage. Et même s'il y a lâcher prise; qui sait si... ça ne marchera pas, et réussira. Merci; parce que ta réponse me permet aussi d'évoluer encore.

Profil supprimé - 28/01/2016 à 12h13

En complément pour ma réponse précédente. On reproche au milieu médical d'avoir un manque humaniste, je l'ai fait aussi; et c'est une erreur. Parce que les centres C.S.A.P.A, sont des centres gratuits, où travaillent des médecins... Donc, déduisez ce que vous en voudrez; mais la démarche vers eux ne découle que de l'acceptation vers laquelle il faut amener, le proche. C'est ça le plus dur, ce dont les médecins sont conscients. La barrière du secret médical; n'est pas vue tout à fait objectivement, parce que l'émotionnel, le sentiment et l'affectif jouent, aussi. Je ne sais pas tout, mais je sais qu'à Douar Nevez, il y a des toubibs... donc, de l'espoir. Bonne journée et bon courage. Merci.

Profil supprimé - 28/01/2016 à 16h39

J'ai vu mon généraliste ce matin, avec qui j'en ai discuté, il connaît la situation depuis longtemps. Je lui ai parlé de ses symptômes, qui pour mon compagnon ne sont pas les signes d'une quelconque dépendance. Pour lui cela représente une dépendance mentale, pas une dépendance physique (du moins pas encore) et comme il m'a dit c'est le plus dangereux parce que même si la personne décide réellement de faire des efforts mais n'a pas la volonté d'y arriver, il suffit qu'elle se retrouve en situation avec possibilité de se torcher sévère, cela prendra le dessus sur tout le reste... ce que j'ai dit à mon compagnon en rentrant... ce qui me fait le plus mal c'est que je vois dans ces moments là qu'il comprend ce qu'il risque, qu'il le vit mal, j'aimerais vraiment qu'il prenne la décision lui-même d'aller voir quelqu'un, d'en parler, de faire ce 1er pas qui pourrait tout changer....

auriga je connaissais pas cette brochure, merci pour l'info je vais essayer de me la procurer aussi. moi je ne reproche rien au médical pour ça, au contraire j'en suis heureux pour aider, mais lui le refuse c'est la plus dure. j'essaie depuis 4 ans de l'amener vers l'acceptation, pour lui déjà en 1er lieu, et nous ensuite (de toute façon c'est un tout), même si on se sépare par la suite parce que je sais pas si j'arriverais malgré tout à réussir à lui refaire confiance et j'ai peur que cela nuise à sa décision si je n'y arrive pas... on culpabilise très vite dans ces cas là, même si on sait que non on ne devrait pas..

merci en tout cas à vous toutes, ça fait du bien de pouvoir lâcher tout ça, tout ces doutes et ses questions, ce mal-être qui nous bouffe!!

Profil supprimé - 28/01/2016 à 19h57

C'est compliqué aussi , au plan juridique . Quand on regarde la définition de personne de confiance , et celle de proche ... La liberté de pouvoir choisir n'importe quelle personne de confiance reste au malade , à tout moment . On sait qu'il met sa vie en danger , or c'est une maladie ; maladie évolutive . Une maladie , pas une tare . Parler de tare à un malade le culpabilise , et l'agresse ; alors qu'il culpabilise tout le temps quand la maladie a bien évolué . (Je ne suis pas spécialiste , je n'affirme rien ; puisque je parle de cette personne qui s'isolait ; et que de toute façon , il y avait nécessité à lâcher prise , ne serait ce que pour vaquer à mes occupations , ou pouvoir au moins respirer) La mise en danger de la vie d'autrui , si la personne conduit peut être une "occasion" , c'est douloureux , ambigu et son côté malsain par rapport à un proche , auquel on ne peut vouloir du mal , interpelle la conscience . On préfère lui remettre sa voiture et l'accompagner ... jusqu'au jour où elle s'est fait prendre ... Et moi de trouver la faille , pour que les amendes sautent , et les points restent ... D'où , peut être un sentiment d'impunité , écarté ! Ce qui n'est pas lui rendre service pour autant . Inextricable . Bon courage . Il faudra bien que les choses reviennent , ordinairement et tranquillement .

Profil supprimé - 28/01/2016 à 21h04

Oui c'est vrai c'est bien d'avoir l'avis de personnes qui vivent la même chose , moi là ça va mieux , vu que c'est allé jusqu'à la limite de la rupture,il va se calmer quelque jour mais je sais que c'est loin d'être fini....merci à vous

Profil supprimé - 08/02/2016 à 05h19

Merci Melanonyme et Auriga.... vos paroles m'ont fait du bien.... Melanonyme je ne peux rien te conseiller et je suis désolée je ne peux que te dire que tu n'es pas seule, je vis la même chose... et Auriga.... merci!
