

### EN BOUCLE FERMÉE, PAR OÙ EST LA SORTIE ?

---

Par **Profil supprimé** Posté le 25/09/2017 à 08h40

Je m'appelle Cécile, j'ai un plus de cinquante ans et je vis avec le père de mes 3 enfants depuis 24 ans. Je suis dépendante de lui financièrement car c'est mon employeur et je touche le SMIC.

En réalité je ne viens que très récemment de prendre conscience qu'il est alcoolique et que c'est une maladie.

Durant des années j'ai pensé qu'il était pervers narcissique, aussi bien parce que je le retrouvais à travers les portraits de ces malades que parce que je me sentais incapable de me libérer de ses filets. Il cachait si bien sa consommation que je pensais qu'il buvait beaucoup, parfois trop mais j'avais toujours évacués l'idée qu'il pouvait être alcoolique, et quand il y avait des scènes violentes je me rendais responsable et je culpabilisais face à son agressivité et ces reproches.

Par trois fois j'ai tenté de fuir, une première fois j'ai payé l'addition avec une grosse dépression qui m'a fait prendre du prozac pendant 6 ans (il était parvenu à me faire croire que mon état était en lien avec le décès dramatique de mon père).

La seconde fois, il m'a récupéré en me faisant croire à son grand amour pour moi.

La troisième fois par une tentative de suicide, puis une main cassée qui m'a obligé à reprendre la vie commune car il n'aurait pas pu travailler et c'est lui qui assure les dépenses courantes et toutes celles liées aux enfants.

Le fait de découvrir les bouteilles cachées et la consommation ingurgitée m'a en réalité soulagée, car j'ai pu faire un lien entre son agressivité et l'alcool au lieu de m'imaginer en permanence que j'étais fautive.

Aujourd'hui il me répugne de plus en plus, et j'attends depuis 2 ans le meilleur moment pour partir sans trop faire de vagues.

Mais pourquoi j'attends ? il y a l'aspect matériel (très difficile à plus de 50 ans de trouver une indépendance financière, d'autant que nous ne sommes ni mariés ni pacsés et je travaille pour lui). Il y a ma dernière fille de 16 ans qui refuse de me suivre pour rester dans son environnement amical et scolaire, et puis et peut-être surtout cette fichue co-dépendance qui me renvoie à des sentiments de culpabilité et fait que je tourne interminablement en rond sans parvenir à résoudre mon problème.

Cette situation toxique est un non dit au sein de la famille, il tient mes fils par l'argent qu'il leur verse et dont ils sont dépendants (longues études, logements...) et tous ont au plus ou moins peur de lui car par le passé il a eu des crises violentes importantes.

J' ai tenue pendant toutes ces années pour protéger mes enfants, apaiser les tensions multiples, tenter d'ouvrir les fenêtres vers d'autres ailleurs moins tendus et tordus, mais je suis de plus en plus fatiguée.

Je n'arrive pas à en parler avec mes enfants, ma fille serait sans doute la plus à l'écoute mais ses grands frères majeurs, n'ont pas envie d'entendre parler des problèmes de couple qui existent entre nous. Les fois où je suis partie ils m'ont laissé entendre que ça ne regardait que moi.

Parfois, tellement usée et angoissée je suis tentée de tous laisser et de partir sans me retourner . Je n'arrive pas non plus à rompre l'isolement dans lequel je me trouve.

J'ai tenté à plusieurs reprises de voir des psy mais le résultat est médiocre, et pour avoir creusé vraiment la question je sais pourquoi j'en suis là, je sais que je revis la situation de mon enfance ; de tout cela j'ai conscience, aucun praticien psy ne m'a jamais aidé. Il y en a un même un qui alors que lui demandais de m'aider à retrouver mon autonomie et m'a textuellement exprimé d'accepter que mon conjoint paie mes séances psy !

J'ai besoin d'aide par rapport à mes enfants, faut-il que je leur parle de mon désir de partir à cause de l'alcoolisme de leur père même s'ils refusent de l'entendre ?

Merci

## 1 RÉPONSE

---

**Moderateur** - 29/09/2017 à 12h39

Bonjour Cécile,

Tout d'abord merci d'avoir écrit votre histoire ici. Vous analysez beaucoup de choses et jetez un regard amer sur la situation, ce qui peut se comprendre.

Si l'on se met à trop réfléchir on trouve parfois trop de raisons pour ne pas agir et on continue à être malheureux. Il n'y aura jamais de situation ou de solution "parfaite", il y aura des personnes à qui cela ne plaira pas et d'autres que cela soulagera probablement. Il y aura aussi un coût quoiqu'il arrive malheureusement.

C'est aussi en en parlant et en étant soutenue que vous agirez dans les meilleures conditions. Je crois que vous pouvez en effet parler de votre désir à vos enfants même si je n'ai pas à vous dire ce que vous devez faire. C'est une décision qui vous appartient.

Je crois enfin que vous gagnerez à contacter un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA). Ces centres reçoivent l'entourage des personnes alcooliques et vous pourrez y déposer tout ce que vous dites-là. Ce ne sont pas nécessairement des rendez-vous "psy" car les équipes sont pluridisciplinaires. Mais dans tous les cas elles sont formées à la co-dépendance et cela sera un moment pour vous, pour vous poser et prendre des décisions avec les conseils éclairés de professionnels. Les consultations y sont en outre gratuites. Prenez ce temps pour vous.

Vous trouverez le CSAPA le plus proche en utilisant notre rubrique "adresses utiles" (<http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>) ou en téléphonant à notre ligne d'écoute au 0 980 980 930 (tous les jours de 8h à 2h, appel non surtaxé). N'hésitez pas à appeler car parler

fait du bien et que cela vous aidera à élaborer ce que vous voulez dire à vos proches.

Cordialement,

le modérateur.

---