

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

SAIS PLUS COMMENT AGIR

Par **Profil supprimé** Posté le 03/10/2017 à 20h29

43 ans de vie commune. .je n'ai manqué de rien sauf de respect. Trahison. Insultes. Alcool périodiques. Il est courageux et à tjrs travaillé pour nous et notre fille à charge mais là il replonge avec menaces. Il fatigue et trouve la force de continuer ds l'alcool mais fait peur à présent. .il n'accepte aucune aide. .trop fier. .des promesses et le lendemain les bouteilles. .faut que je fasse qqe choses mais quoi. ...

5 RÉPONSES

Profil supprimé - 12/10/2017 à 13h17

eh bien puisqu'aucune réponse à mon fil de discussion, je pensais être sur un forum de discussion !!!! je suis partie de chez moi samedi , après une dispute qui a encore coûté de la vaisselle comme dimanche dernier, la prochaine aurait pu être sur moi, donc je ne laisserai pas la violence s'installer, silence radio je suis à l'abri, il continue à travailler et à boire son rosé, je suis en vacances dit-il !!! mais jusqu'à quand

Profil supprimé - 13/10/2017 à 12h39

Bonjour Cerise,

Tu as agi de la meilleure des manières je crois, c'est à dire penser à toi, à te protéger.

Peut-être pourrais-tu aussi trouver un peu de soutien avec des groupes de parole pour l'entourage. Il en existe dans pas mal d'asso spécialisées comme l'Anpaa, vie libre, aa et dans les centres dont tu peux trouver les coordonnées sur le site.

Courage

Profil supprimé - 15/10/2017 à 13h09

Bonjour Cerise,

Où en es-tu et dans quel état d'esprit?

Peut-être que ton départ l'aura fait réagir ou au moins se remettre en question?

Profil supprimé - 15/10/2017 à 21h22

merci Flo66 pour ta réponse, je suis toujours bien installée dans l'appart d'une amie partie dans le sud, seule avec mes doutes, mon mal-être, mon indécision, mes visites furtives chez moi pour voir mes 3 chats, et 2 coups de fil reçus de mon mari pour les comptes, il est nul en informatique, aucune autre discussion pour l'instant j'attends sa décision et la preuve médicale qu'il arrête de boire et décide de ne serait-ce que d'essayer le Baclofène, là je rentrerai chez moi faire un ultime essai, ma famille me soutient, je suis d'un naturel timide et crains de faire le pas dans les asso ou centres dont tu me parles.....merci encore

Profil supprimé - 16/10/2017 à 15h50

Bonjour Cerise,

L'idée avec ces asso ou centres c'est de pouvoir exprimer un peu de ce stress, de ce mal-être. De pouvoir avoir des repères avec des gens qui connaissent bien tout ça, qui l'ont vécu, le vivent encore.

Je comprend l'effort que cela peut demander, la peur vaincre, mais j'en sens pas mal d'autres en toi des peurs. Alors dis-toi que dans ces endroits il n'y a pas de jugement, tu peux rencontrer des professionnels en individuel si le groupe rajoute à la timidité... Et puis ça fait du bien de dépasser certaines peurs parfois et celle-là ne te montre aucun danger, c'est juste un peu de timidité, tu ne risques rien à tenter 😊

Et si tu n'y arrives pas c'est pas très grave, tu peux être attentive à ce qui te gêne le plus en toi et chercher ce qui peut t'apaiser seule ou avec des "thérapies" qui te conviennent.

Je souris car tu vas me dire que c'est pas toi qui est malade de l'alcool, mais l'idée c'est qu'en faisant des choses pour toi (qui n'est pas au top du moral), tu penseras un peu moins à lui, tu lui donneras moins de prise. Alors il réagira peut-être ou pas, mais au moins toi tu en souffriras moins. Cela s'appelle de la co-dépendance vivre avec un dépendant ou un addicte je crois, pense à toi...

Bonne journee et courage.
