

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

DÉPRESSION ?

Par [Profil supprimé](#) Posté le 24/10/2017 à 22h24

Bonsoir,
Mon mari est alcoolique depuis des années. Après avoir supportée les Noël seule parce qu'il avait trop bu, les délires qui finissent aux urgences, ses retraits de permis, ses absences injustifiées au boulot et même une incarcération, j'ai décidé, il y a quelques semaines de lâcher prise. Ras le bol de considérer son addiction comme une maladie, sous entendu auquel il ne peut rien. Ras le bol de me justifier à sa place, de subir et de lui sauver la mise à chaque fois. J'ai décidé de ne plus subir et de le renvoyer à ses responsabilités.

Sauf que, depuis, c'est la descente aux enfers pour lui. Après avoir énormément bu durant plusieurs jours sans que je m'en préoccupe, son corps a fini par ne plus répondre. S'en est suivi 3 jours de gueule de bois phénoménale qui l'ont ramené à la réalité. Depuis, il n'a plus gout à rien et a décidé d'aller consulter le médecin. Ce dernier m'a appelé suite à la consultation, en accord avec mon mari. J'étais à fond dans mon idée de sevrage alcoolique sauf que le médecin m'a dit que ce n'était pas si simple. Pour lui, mon mari est dans une profonde dépression. L'alcool n'est qu'un psychotrope qui lui permet d'oublier qu'il est mal. Du coup, il l'a mis sous anti dépresseur.

Je ne sais pas quoi en penser. Peut être que mon désintérêt lui a enlevé son garde fou, la canne qui le soutenait. Peut être qu'inconsciemment je lui mettais une pression auquel il n'arrivait pas à faire face ou que porter à sa place plutôt qu'avec lui l'a fait perdre pied. Je ne sais plus aujourd'hui comment me comporter avec lui. Je sais qu'il est au plus mal mais je dois avouer que j'ai du mal avec cette dépression qui le ferait boire alors que je lis partout que les personnes abstinentes retrouvent le goût à la vie.

22 RÉPONSES

[patricem](#) - 25/10/2017 à 11h09

Bonjour,
ce n'est pas si simple. L'abus d'alcool peut effectivement être un symptôme d'une dépression sous-jacente et l'arrêt de ce dernier faire apparaître la dépression. Et cette dépression peut remonter à loin.
A partir de là, le ou les médicament(s), c'est une chose, encore qu'il faut souvent 2 ou 3 semaines pour que cela commence à faire effet. Il peut aussi pendant cette période se sentir très fatigué (symptôme de la dépression).
Et il faut qu'il commence à consulter un psy, si possible spécialisé sur ce genre de problème. C'est le travail de fond qui doit permettre d'en sortir.

Courage,

Patrice

[Profil supprimé](#) - 25/10/2017 à 11h50

Merci Patrice de cette réponse,
Le médecin lui a effectivement donné le numéro d'un psychiatre. Je prends sur moi pour ne pas lui rappeler qu'il doit prendre rendez-vous car je m'aperçois que ma temporalité n'est pas la même que la sienne et qu'il ne suffit pas d'une baguette magique pour qu'il retrouve un équilibre. Je ne voudrais pas, à contrario qu'il pense que ça m'est égal. C'est difficile de trouver un juste milieu, d'être aidante sans vouloir tout maîtriser.
Le médecin lui a bien dit qu'il fallait 2 semaines pour que ce soit efficace et lui a prescrit en parallèle un traitement contre l'anxiété. Du coup, il est bien ralenti depuis ce matin. Remplacer un anxiolytique par un autre, tout ça me dépasse.
L'alcool qui cache la dépression ou qui l'entraîne, c'est un peu pour moi comme de savoir qui de la poule ou de l'oeuf est arrivé en premier...

[Profil supprimé](#) - 25/10/2017 à 14h35

Bonjour,
mon conjoint est en train d'arrêter de boire depuis plusieurs mois, et prends également des anti dépresseurs. C'est déconcertant car ils ont les mêmes effets que l'alcool: fatigue, énervement, peu de libido, etc. Mais ils aident à supporter l'absence d'alcool et je pense que souvent la dépression et l'alcoolisme sont liés, difficile en effet de savoir lequel a entraîné l'autre mais pour se débarrasser de l'un il faut vaincre l'autre...
Pour ce qui est du psy si vous le convainquez de prendre RDV je suis preneuse de la méthode! Mon conjoint dit que le médecin lui suffit, mais même si il est compétent il n'est pas spécialiste des problèmes d'alcool.
Bon courage.

patricem - 25/10/2017 à 15h22

Re,

L'anxiolytique peut effectivement avoir un effet abrutissant, voir être dangereux pour une conduite au volant. Il peut toujours discuter avec son médecin pour voir s'il peut prendre ses doses le soir : pendant le dîner et au coucher, à condition que cela continue de bien faire effet.

Quand au psy, s'il arrive à en trouver un avec qui il accroche, c'est le traitement de fond. Comprendre pourquoi il est anxieux, déprime, comment dépasser cela sans recourir à l'alcool mais par d'autres méthodes (yoga, marche, sport, groupe de parole, autre)...

Courage,

Patrice

Profil supprimé - 25/10/2017 à 18h25

Jour 1:

Il a pris ses anxiolytiques comme des bonbons, ça ne l'a pas empêché de boire et en plus il a fumé du cannabis. La seule différence c'est qu'il l'a fait en toute bonne conscience! Et bien oui, maintenant qu'il se sait malade dépressif, il faut bien qu'il inhibe son mal être.

Il n'a bien évidemment pas appelé le psy.

Il y a des jours où j'aimerais être un neurone pour comprendre le bénéfice qu'on peut retirer à ingurgiter des trucs qui nous empêchent de voir la vie telle qu'elle est.

Profil supprimé - 26/10/2017 à 10h30

Les anxiolytiques aident mais n'empêchent pas de boire, seule sa volonté peut le faire... Mais si il boit beaucoup, il vaut peut-être mieux diminuer la consommation progressivement. La dépendance à l'alcool n'est pas seulement psychologique mais aussi physique. Est-ce qu'il a bu autant que les autres jours? Son médecin a-t'il pris en compte une diminution progressive ou lui a-t'il donné beaucoup de médicaments? Car dans ce cas il vaut peut-être mieux qu'il le revoie et qu'il lui en parle, évidemment le mélange avec l'alcool peut être dangereux. Mon conjoint est vraiment motivé depuis le début, mais son médecin lui-même lui a déconseillé d'arrêter complètement sa consommation d'un coup. Ça a donc pris quelques mois et le traitement a été adapté.

Profil supprimé - 26/10/2017 à 13h39

bonjour,
je te rassure tu n'as pas responsable du choix de ton mari, enlève toi ça de la tête de suite. je sais que ce n'est pas facile, mais pour certains d'entre nous il faut que l'on touche le fond même et rester un certain temps pour pouvoir remonter la pente ou la montagne. tout est possible à condition de le vouloir. ton mari à de la chance tu es à ses côtés, tu peux échanger avec lui, l'écouter, l'entendre, l'accompagner s'il le veut, proposer différentes axes pour un mieux être pour lui, mais voilà ton rôle s'arrête là. Lui seule doit prendre la solution qu'il croit nécessaire pour entamer une route vers un mieux être. Je tiens à vous dire, l'entourage vous n'êtes pas responsable de notre mal être, vous êtes responsable de vous-même, vivez pour vous cela ne vous empêche pas d'être à l'écoute et d'accompagner mais surtout vivez pour vous. merci merci merci

Profil supprimé - 26/10/2017 à 16h57

Merci de vos réponses qui m'aident dans ma réflexion,
Je ne sais pas si il boit toujours autant car il se cache pour aller acheter ses bouteilles et consommer.
En tout cas, le cocktail détonant alcool/médocs/cannabis lui fait beaucoup d'effet. A 13h, il était défoncé et alterne veille et sommeil sur le canapé.
Concernant son médecin, je crois qu'il s'est contenté de ce que mon mari veut bien lui dire. En fait, mon mari est suivi par ce généraliste dans le cadre d'une obligation de soin depuis 2 ans. Il n'a jamais adhéré et y allait pour avoir son attestation à remettre à la juge. D'où je pense ce diagnostic de dépression que le médecin voit comme une rechute et pas comme une continuité qui s'accroît depuis quelques temps. Je pense que si il lui a proposé un suivi psy, c'est parce que lui arrive à bout de sa compétence (chacun son métier).
Il a appelé le psy ce matin et a laissé un message sur son répondeur. J'espère qu'il le rappellera...
Sinon effectivement, je suis en train de réaliser que nos places dans le couple sont faussées, que porter à sa place est destructeur pour nous 2 et surtout que c'est SA vie.
Je lui ai demandé de partir, Pas dans un chantage où je sous-entends que c'est l'alcool ou moi mais en lui disant que je ne ferai plus rien pour lui et que comme il ne peut rien pour moi, inutile qu'il reste. Bien évidemment, il est toujours là mais je ne lâcherai rien. Comme tu le dis kakou, c'est sa vie.

Profil supprimé - 26/10/2017 à 21h18

Bonsoir je suis dans le même cas que vous. Mon mari suite à un échec s'est réfugié dans l'alcool. Le médecin lui a dit qu'il était malade et dépressif. Donc il se cache derrière la maladie mais il n'a aucune volonté de s'en sortir. Il est en cure de jour et dès qu'il rentre il boit en plus des anti-dépresseurs cela fait un cocktail détonant. Ce qui m'étonne le plus c'est que aucun personnel lors de cette cure ne s'aperçoit de cela. On m'a même reproché de ne pas être patiente. Je suis déjà partie et revenue. Je suis perdue je ne sais plus ce que j'attends. Je culpabilise la douceur ne fait rien la colère ne fait rien. Rien ne peut le convaincre de s'en sortir et je culpabilise beaucoup. Tout le monde y compris notre fils me disent de partir mais je n'y arrive pas. J'ai peur qu'il fasse une connerie si je m'en vais. En tout cas bon courage à vous

Profil supprimé - 26/10/2017 à 22h17

Jour 2:

Il a fait beaucoup de mélange d'alcool aujourd'hui. Je ne l'avais jamais vu dans un état pareil. Il ne tiens plus debout, est tombé 2 fois et n'a pas su se relever. Il a une plaie à la tête car à chaque fois qu'il essayait de se relever, il retombait sur la tête. Rien de méchant heureusement. J'ai fini par le trainer jusqu'au canapé. La nuit promet d'être courte...

Profil supprimé - 27/10/2017 à 15h31

Mesdames Kakou a raison, vous n'êtes pas responsables ni des choix que font vos maris, ni du fait qu'ils n'arrivent pas à sortir de l'alcoolisme. On peut les soutenir, être compréhensives, essayer de garder notre calme et ne pas nourrir les disputes, c'est déjà ça. Mais arrêter de boire, seul le malade peut le vouloir et y parvenir. Si la décision n'est pas prise, il n'y arrivera pas par magie. Vous ne pouvez rien y faire. Et c'est vrai, toucher le fond est souvent nécessaire. Alors si partir est votre seule solution pour prendre soin de vous et faire comprendre à vos maris qu'il faut réagir, c'est peut-être la bonne.

Profil supprimé - 27/10/2017 à 19h06

Nana 19, je me suis beaucoup retrouvée dans votre histoire. Boire alors qu'il fait une cure n'a rien de cohérent pour nous qui voudrions que l'alcool cesse. J'imagine que cette cure a été pour vous un soulagement et boum, de nouveau déception. Le bon point dans tout ça c'est qu'il la continue. A défaut de le sevrer, son besoin d'alcool chaque soir lui montre déjà qu'il est certainement plus dépendant que ce qu'il pensait. Peut-être que c'est un premier pas positif qui en amènera un autre. En tout cas, ce qui est sûr, c'est qu'il entend ce qui lui est dit la journée et aura les cartes pour plus tard, quand ce sera son moment à lui.

Siwel, je sais que la porte est ouverte et que je ne suis pas une victime. Au fur et à mesure des années, j'ai insidieusement empiété sur sa vie sous prétexte de le protéger ou plutôt de me protéger. J'ai un besoin incontrôlable de tout maîtriser, tout bêtement parce que l'expérience m'a montré qu'on est jamais mieux servi que par soi-même. Ça m'évite aussi de subir. Notre couple a toujours eu ce fonctionnement. Le problème est qu'à force de tout gérer, il a pris la place que j'ai bien voulu lui laisser puis plus de place du tout. Son addiction est certainement la seule chose qui lui appartient à lui tout seul. Malheureusement 20 ans de ce fonctionnement a fait de gros dégâts, d'où ma culpabilité.

Jour 3:

Il est parti à 8h30 ce matin et depuis il ne m'a pas donné de nouvelles. Sa sœur m'a appelé pour me prévenir qu'il était chez elle, à 100km de chez nous. Contrairement à d'habitude, je ne l'ai pas appelé et je ne le ferai pas et ne lui répondrai pas si il téléphone. J'ai compris qu'il avait besoin de se retrouver face à lui-même. Je pense que la seule manière de l'aider aujourd'hui est de le laisser se saisir ou pas de ce qu'il veut. Quant à moi, je me sens sereine. Je ne sais pas si nous avons toujours un avenir commun mais je ne laisserai ni la pitié, ni quelque chantage que ce soit gérer mon futur et le sien.

Profil supprimé - 27/10/2017 à 20h16

Bonjour,
Juste quelques mots pour te dire qu'il faut vraiment faire attention au mélange alcool/médicaments(anxiolytiques)D'expérience ça perturbe vraiment la motricité, les temps de réaction...

J'ai du mal à comprendre comment on peut prescrire ça sans engager une démarche d'arrêt en même temps. Un addictologue pourrait avoir une autre vision que ce toubib par exemple.
Dans les centres spécialisés et dans les associations comme l'ANPAA il peut trouver addictologues et psychologues habitués à ces problèmes, car là aussi avec un psychiatre le contact peut être plus particulier qu'avec un psychologue.

J'aurai pu tuer des gens sous ce mélange en conduisant. J'ai juste percuté un feu de chantier et une barrière, mais cela aurait été des humains c'était pareil, je les avais vus, j'avais tourné sans problème, mais une seconde trop tard, un temps de réaction énorme, des gestes flous. Sous alcool je n'avais jamais ressenti un truc pareil et pourtant je n'y allais pas doucement...

Courage et pensez en premier à vous...

Profil supprimé - 30/10/2017 à 12h12

Bonjour et merci une nouvelle fois aux personnes qui prennent de leur temps pour répondre. C'est vraiment aidant d'avoir un regard extérieur quand on a la tête dans le guidon.

Mon mari n'est pas rentré. J'ai su par sa sœur qu'il s'était à nouveau noyé dans l'alcool samedi et que depuis son corps le paye très chère.

Mes enfants ne l'ont pas réclamé et ce week-end sans lui m'a fait beaucoup de bien. Je dois reconnaître malgré tout que je n'arrive pas à me détacher du souci que je me fais pour sa santé. Je lutte contre moi-même pour ne pas l'appeler comme si pour moi l'addiction c'était lui. Ce constat est difficile à avaler.

Flo, son médecin a fait son diagnostic et ses prescriptions au vu de ce que mon mari lui a dit. Mon mari n'a pas encore percuté qu'il est dans un cercle vicieux où il est persuadé qu'il pourra s'arrêter de boire si son moral va mieux. Sauf que son moral n'ira jamais mieux si il ne soigne pas ses addictions en parallèle.

Pfff, mon impuissance m'obsède. Malheureuse avec lui ou sans lui, je finis par me dire que divorcer me laissera au moins une chance d'envisager un avenir.

Bonne journée à tous

Profil supprimé - 30/10/2017 à 14h17

Bonjour chewingum,

votre position est difficile parce que vous voudriez aider sans prendre le contrôle de sa vie mais il semble que votre mari ne soit pas prêt à faire le pas qu'il faut pour sortir de sa dépendance. Le mélange alcool médicament est mauvais mais c'est à lui de comprendre et arriver à diminuer sa consommation pour que ça lui soit bénéfique. Aussi dur que ce soit vous ne pouvez rien faire pour l'instant. Profitez de son

absence et laisser faire un peu le temps, il aura peut-être un déclic et le fait qu'il soit parti de chez vous est déjà un changement, même si il ne vous semble pas suffisant...

Bon courage et bonne journée.

Profil supprimé - 15/11/2017 à 23h22

Bonsoir,

Mon mari est finalement rentré 24 heures après mon dernier message puis a tenté de mettre fin à ses jours. Je vous épargne les détails sordides de cette réelle intention de mourir. Comme quotidiennement, il était fortement alcoolisé, sans compter le cannabis et son traitement antidépresseur. Il a passé 5 jours en soins continus avant d'intégrer un service plus "lambda".

Le retour à la réalité a été violent car il s'est réveillé sans souvenirs d'être hospitalisé avec seulement des bribes de cet épisode, des douleurs et des points de sutures.

Une fois le somatique réglé, il a été mis au pied du mur par l'équipe soignante qui lui a laissé le choix de quitter l'hôpital ou d'aller en psychiatrie soigner sa dépression. Là, ça a été un électrochoc. Mon mari a pu verbaliser qu'il en était arrivé à un point de non retour tant l'alcool mobilisait toute son énergie et son libre arbitre. Il lui paraissait impossible d'aller contre ces pulsions dévastatrices. Il explique qu'il souffrait de me voir partir, ses enfants s'éloigner mais qu'il était devenu spectateur de sa vie.

Le sevrage étant fait, pour lui la solution évidente a été de demander à partir en cure. J'ai été assez surprise quand on connaît toutes les possibilités de se faire suivre à domicile. Il m'a dit que même sevré depuis plusieurs jours, il savait très bien que sans un éloignement de ses habitudes, il n'arriverait pas à changer ses comportements.

Il a intégré aujourd'hui un centre pour 4 semaines. Il va déjà mieux moralement et est très motivé

Je suis très contente pour lui, soulagée de ce stress continu. Parallèlement, je n'arrive pas à me projeter à l'issue de cette cure. J'ai peine à croire que mettre des personnes dans un cocon durant un mois, sans qu'ils soient confrontés aux situations quotidiennes qui les amène à boire puisse être efficace à long terme.

L'avenir nous le dira...

Profil supprimé - 16/11/2017 à 14h28

Bonjour chewingum,

je pense à vous depuis plusieurs jours j'allais justement vous demander des nouvelles... Ce qui s'est passé n'est peut-être pas plus mal, puisqu'il faut souvent toucher le fond dans sa situation avant de remonter, cette fois il semble que ça soit fait... Après sa sortie, vous avez raison ça ne va pas être aussi facile qu'en centre. Mon conjoint n'a pas fait de cure, je n'ai pas de point de comparaison. Il lui arrive encore de boire une bière forte de temps en temps, plus ou moins en cachette, mais pas quotidiennement, et alors son comportement empire nettement mais il ne s'en aperçoit même pas. Je me dis que Rome ne s'est pas faite en un jour... En tant qu'alcoolique et dépressif c'est vraiment Dr. Jeekyll et Mr. Hyde. Il peut être adorable et attentionné, comme insupportable, ultra négatif. Dans ces cas là l'expérience m'a montré qu'il ne sert à rien d'essayer de le raisonner, de le réveiller si il s'est endormi dans un endroit incongru, de discuter de quoi que ce soit en général, même pas de ses ennuis au travail. J'essaie de dévier la conversation si je le trouve obsessionnel, de glisser de l'humour et si ça ne fonctionne pas je m'en vais pour mettre fin à la conversation. Si je vois en rentrant du travail qu'il est de mauvaise humeur je décide désormais de faire ma soirée de mon côté, de ne pas l'attendre indéfiniment pour manger etc. Au fond il sait qu'il débloque mais il ne peut rien contre, il faut relativiser tout ce qu'il dit, attendre que le traitement agisse, espérer qu'il le fasse revoir par le médecin si nécessaire, et faire confiance, on ne peut rien de plus...

Bon courage à vous, tenez nous au courant.

Profil supprimé - 16/11/2017 à 16h01

Bonjour Chewing gum,

Il a trouvé sa solution pour enfin pouvoir tenter un arrêt et se libérer de cette came, c'est un pas énorme.

Je ne saurai vraiment vous rassurer pour l'après post cure. Cela dépend de beaucoup de facteurs mais pas forcément de l'effet "cocon".

D'ailleurs il devrait être normalement reconfronté à des moments où l'alcool est disponible, supermarchés, bars pour faire un billard, un baby avec les autres. L'intérêt est là, il ne sera pas seul à ne pas boire pour ses premiers moments comme ça.

Pour ma part je suis allée après 3 mois d'arrêt en post cure, et je me suis confronté très vite, après une semaine de sevrage, aux endroits, aux gens que je fréquentais avant. Et plus que de situations qui donnent envie de boire je parlais d'émotions. Ces émotions étant bien sûr créées par certaines situations mais cela fait une petite différence.

En se confrontant à des situations quotidiennes, ses amis, le bar, il ressentira le manque du produit, de la molécule. Une envie vive peut être mais assez brève et « superficielle » (ça tiraille un peu quand même mais ça s'apaise avec le temps).

En se confrontant à certaines émotions, que l'alcool venait protéger, c'est ce besoin de protection, ou de destruction, qui sera ravivé. C'est beaucoup plus puissant, plus profond, ventral...

Alors comment savoir de quelle manière ils aborderont ça la bas ?

Et puis par exemple pour aa il n'y a pas besoin de savoir ça, il y a donc d'autres solutions pour qu'il trouve la chose qui lui va, elles lui seront peut-être proposées.

En faisant en sorte qu'il puisse exprimer au mieux ses émotions, ce qu'il ressent, vous pourrez l'aider, le faire avancer je crois. Vous semblez avoir un regard très lucide sur lui, sur vous, et une certaine franchise dans les actes, c'est un bon point de repère que vous pouvez lui offrir. Cela vous demandera peut-être aussi d'avancer vous-même, c'est une forme de renaissance, vous allez retrouver quelqu'un avec une certaine force et aussi une certaine fragilité je crois.

Pensez à vous en attendant 😊

Profil supprimé - 18/11/2017 à 01h10

Bonsoir,
Mon mari est très emballé par cette cure. Il me dit que pour l'instant, tout ce qui lui a été proposé lui a convenu. Tout le monde semble aux petits soins. Entre la relaxation, le sport ou les rendez vous individuels avec tel ou tel professionnel de santé. Il est bien occupé. Il me dit que l'alcool ne lui manque pas plus que ça. Malgré tout, il connaît sa fragilité. Il dit qu'il met tout en œuvre pour s'en sortir mais qu'il ne sait pas si il sera capable de gérer sa vie sans alcool. Ce comportement addictif est tellement enraciné en lui depuis tant d'années qu'il ne sait pas comment on peut s'amuser, se détendre, être contrarié, être en société sans alcool. Concernant mon état d'esprit, plein de sentiments se mélangent. En fait, "ça me soule"! Je ne trouve pas d'autres expressions. Je mène une vie de fou car forcément je suis seule avec ma vie de maman, ma vie pro, le quotidien, les soucis. D'autant qu'on est en train de faire des travaux de rénovations. Il devait faire une partie pour que les artisans puissent continuer. Je me retrouve à casser des cloisons, détapisser des murs, en peindre d'autres... Une vraie galère quand on y connaît rien. Lui est bien loin de tout ça et lorsqu'il me dit qu'il aimerait être à la maison pour le faire, ça me fait hurler intérieurement. J'ai beaucoup de mal à recevoir ses photos de randonnées ou le résumé de sa séance de relaxation alors que je mène une vie de galère sans nom. Tout ça pour dire que même avec cette démarche de sevrage, je reste très en colère de constater qu'une fois de plus, il n'aura qu'à contempler le travail fini lorsqu'il rentrera, en se victimisant de ne pas avoir pu être là pour me soutenir. Et puis, je m'aperçois aussi que lui sans alcool, je le connais très peu finalement. Je me mets des œillères depuis des années en me disant que si je lâche, il coule. Sauf que maintenant qu'il va mieux, j'ai l'impression que j'ai fait ce que j'avais à faire. Une fois enlevée ma pitié, mon empathie et mes angoisses perpétuelles à son sujet, il ne reste plus grand chose. J'appréhende son retour avec ou sans alcool. Je n'ai pas prévu d'aller le voir avant le WE prochain. Il ne manque pas et ce constat me donne l'impression que je suis en train de jouer une page importante de ma vie.

Profil supprimé - 22/11/2017 à 09h10

Bonjour.,
C'est bien qu'il soit motivé. Évidemment ça ne règle pas tout d'un coup et il est toujours malade. Il ne va pas vous être d'un grand soutien dans les mois à venir, sa démarche prend du temps. C'est à vous de voir si en plus de tout assumer seule pendant ce temps vous avez envie d'être là pour lui et de le soutenir. Si vous devez avoir de la rancoeur il vaut peut-être mieux prendre un peu vos distances et dans tous les cas, pensez à vous avant de penser à lui.
Bon courage.

Profil supprimé - 23/11/2017 à 22h35

Bonsoir,
Siwel, à ce niveau là, ce n'est plus de la motivation. Il est comme un poisson dans l'eau. Il se dit heureux. Chaque activité est une nouvelle expérience dont il profite à fond. Tant mieux me direz vous mais je n'arrive pas à y donner du sens. Le premier degré me laisse espérer une réelle envie de s'en sortir. Son détachement vis à vis de notre vie de famille me fait aussi penser qu'il avait besoin d'un gros break. J'appréhende toujours autant le retour à la réalité, lorsqu'il va sortir de son monde où son seul soucis est de prendre soin de sa personne. La problématique alcoolique est très loin dans ses conversations. Son discours m'inquiète lorsqu'il me parle des autres parce que j'ai l'impression qu'il se trouve moins "alcoolique" qu'eux. Il m'explique leurs cravings, leur consommation ou leurs problèmes de santé plus intenses que les siens. J'ai quitté un homme anéanti et perdu il y a 8 jours. J'ai du mal à croire à cette baguette magique appelée cure qui résoudrait si facilement des années de comportement avec l'alcool.

Profil supprimé - 25/11/2017 à 14h55

Bonjour,
effectivement la cure doit être pour lui une bulle dans laquelle il n'a que lui à considérer et doit se sentir justement considéré et chouchouté. Rien à voir avec la vie réelle d'où l'intérêt et peut-être, vous avez raison, un dur retour au quotidien après tout ça... Il faut espérer que ça lui serve de tremplin et que sa motivation l'empêchera de retomber sans ses travers. Mais ça ne sera pas miraculeux, il y aura certainement des rechutes et des moments difficiles, Puisqu'il est en dépression il y aura des moments où tout est très bien et d'autres où rien ne va, tout est négatif, les autres ont tout faux, il est incompris, etc. C'est pour ça que vous devez penser d'abord à vous et ne pas reprendre sur vos épaules le poids de sa maladie, c'est à lui de s'en sortir.
Passez un bon week-end.