ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

AIDER MON CONJOINT À RÉALISER LES PBS LIÉS À SON ALCOOLISME

Par Profil supprimé Postée le 18/11/2017 10:16

Bonjour,
mon compagnon est alcoolique. Il l'était bien avant que l'on se rencontre. Il était accro au cannabis avant et il est accro à la cigarette aussi. Sa consommation d'alcool devient excessive le soir. Pas de violence . Juste de l'apathie et un oubli le lendemain de tout ce qui a été dit ou fait la veille lorsqu'il était sous l'emprise de l'alcool. Il reconnaît qu'il est alcoolique mais il préfère ivrogne. Car ce qu'il aime c'est l'ivresse. Mais il ne sait pas aller plus loin dans ses explications. Sa consommation n'est pour lui pas un problème. Mais elle me fait souffrir moi. Nous en parlons mais souvent quand il est bourré et souvent dans l'émotion. Nous vivons ensemble depuis deux ans, je lui ai dit rapidement qu'il faudrait que sa consommation change car vivre avec un alcoolique n'était pas ce que je voulais vivre. Régulièrement je lui dis que je souffre de cette situation. Il a modulé sa consommation. Il est bourré moins vite . Mais il attend que je sois couché pour l'être. Il s'endort donc tard. Quand je ne suis pas là il s'endort beaucoup plus tôt. Avec l'automne sa consommation a repris plus tôt. Ne sachant plus comment gérer cette situation. Je lui ai fait du chantage: soit il va voir qqun pour l'aider, soit je pars. Il n'a pas pris de RDV et je ne suis pas partie. Je l'aime. Mais je soufre. Et il soufre de me faire souffrir mais j'ai l'impression qu'on avance pas. Lui me dit qu'il consomme moins. Mais il refuse d'aller voir qqun. Meme si il est sur qu'il en aurait besoin car il a un pb avec l'alcool. Comment gérer cette situation pour que j'arrête de souffrir ?

Mise en ligne le 21/11/2017

Bonjour,

Vous nous décrivez une situation qui vous fait souffrir, la consommation d'alcool de votre conjoint. Malgré qu'il ait tenté de moduler ses consommations et des menaces de rupture de votre part, vous avez le sentiment que la situation n'évolue pas et vous continuez à souffrir.

Le chantage auprès d'une personne dépendante n'est pas le moyen le plus adéquat pour qu'une situation puisse évoluer dans le bon sens. Il a même le plus souvent pour conséquence de distendre la communication et la confiance. Nous comprenons néanmoins que vous vous soyez sentie dépourvue et que vous ayez envisagé cette option.

Votre conjoint a conscience de sa consommation excessive et de l'impact sur votre couple mais il n'est visiblement pas prêt à entamer une démarche de soins et d'accompagnement. Personne ne peut l'obliger à se soigner contre son grès, une démarche qu'il ferait sans motivation sincère serait de toute manière inefficace et contre-productive.

Il n'en reste pas moins que vous continuez à souffrir de cette situation. Il serait sans doute intéressant que vous puissiez obtenir un éclairage extérieur de la part de professionnels qui accompagnent l'entourage de personnes dépendantes à l'alcool.

Ce type de soutien peut vous permettre de bien faire le tour de tous les paramètres de la situation, vous aider à voir les choses sous un autre angle, prendre en compte votre envie d'aider et les limites que vous pouvez supporter. Au final, au regard de tous les élèments que vous aurez recueillis suite à ces entretiens, la décision d'une éventuelle rupture vous appartiendra toujours.

Vous pouvez trouver du soutien auprès de professionnels spécialisés en Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) dans un cadre gratuit et confidentiel, vous trouverez un lien en fin de message vous permettant de faire une recherche dans votre département.

Si vous désirez une orientation plus précise ou tout simplement nous donner plus d'éléments sur ce que vous traversez, nos écoutants sont joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 980 980 930 ou par tchat de 14h à minuit via notre site Alcool Info Service.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- L'alcool et vos proches
- Adresses utiles du site Alcool info service