

NE SAIS PLUS QUOI FAIRE

Par **Profil supprimé** Posté le 01/05/2018 à 20h33

Je suis avec mon ami depuis 3 ans maintenant, j'ai des enfants d'un premier mariage. Mon ami boit depuis toujours d'après sa famille. J'ai tout fait pour l'aider, je l'ai envoyé à l'hôpital, je lui ai trouvé des groupes de soutien et les responsables me disent tous la même chose : il ne veut pas se soigner ! Il nie quand il boit, même quand il tient plus debout, et après il fait comme si de rien n'était... Rien ne l'arrête il boit presque tous les jours. Si j'avais une amie vivant la même chose je lui conseillerais de partir mais je n'y arrive pas ! Quand il est bien je l'aime tellement.. Je n'ai personne à qui en parler, je me suis dis qu'ici il y aura peut être des personnes pour me comprendre.

33 RÉPONSES

Profil supprimé - 02/05/2018 à 21h43

Ce soir il est rentré avec un cadeau, pour se faire pardonner mais il sent toujours l'alcool... J'aimerais comprendre ce qui se passe dans sa tête, est-ce qu'il se moque de moi ? Il croit que parce qu'il m'offre des cadeaux je vais oublier, passer l'éponge ?

Profil supprimé - 03/05/2018 à 02h41

Bonjour,
J' ai fait vivre cela à mon ex épouse maintenant. Elle m a tendu des perches et je n' ais pas su les prendre. Elle m aimait énormément mais cela n a pas suffit. J'ai nié que je buvais, et j' étais comme votre mari quand je ne buvais pas. Dites lui que s il ne veut pas s arrête vous songeriez à le quitter ça lui fera peut être un electrochoc, s il vous aime vraiment il se calmera petit à petit, Pour moi ce fut trop tard . Il faut lui dire si vous vous en sentez le courage.
Cordialement, Éric.

Profil supprimé - 03/05/2018 à 13h02

Merci pour votre réponse Éric.
J'ai déjà essayé l'ultimatum de la séparation, et il est vrai que dans ces moments il fait des efforts mais ça ne dure qu'un temps. Il dit qu'il ne veut pas me perdre alors les efforts il les fait pour moi pas pour lui et c'est bien ça le problème. Je n'arrive pas à lui faire prendre conscience à quel point c'est grave, à quel point il met sa vie en danger,. J'ai appelé les pompiers plusieurs fois parce qu'il était dans le comas, il a fait une pancréatite aiguë et maintenant il a du diabète !
Comment allez vous vous maintenant ? Vous avez pris conscience à quel moment qu'il fallait agir ? Pardon si mes questions sont trop personnelles.

Profil supprimé - 03/05/2018 à 17h03

Bonjour Penny,
Je suis dans le même cas que toi, conjoint qui boit...
Moi aussi je partirai bien mais je n'y arrive pas non plu. Cela fait 3 ou 4 ans que je vis cela et sa deviens de plus en plus compliqué! Je reste parce que je l'aime et je me dis que peut être un jour il va se rendre compte qu'il me fais souffrir. Bon courage n'hésite pas à écrire.

Profil supprimé - 03/05/2018 à 18h26

Bonsoir ananasbanane,
Oui, bizarrement ça fait du bien d'écrire.
On reste parce qu'on aime, parce qu'on espère... Mais j'ai l'impression d'être toute seule à me battre !
Ton mari se soigne ? Il a commencé des démarches pour avancer ou il est encore dans le déni ?
J'ai vraiment du mal à le comprendre, on a tout pour être heureux. Souvent je me dis que ça finira mal, qu'il va mourir de l'alcool, maladie, overdose, accident de voiture... Même sa famille a baissé les bras, tout le monde me dit de partir...

Profil supprimé - 03/05/2018 à 20h38

Bonsoir, Penny,
Vos questions ne me dérange pas du tout je parle ouvertement sans tabous et c est avec un grand plaisir que je vous répond.
J' ai 3 enfants c est grâce à eux que j' ai arrêté (pas totalement)avec grande modération maintenant un verre de temps en temps pour les repas de famille. J' ai déménagé aussi cela m à permis de m éloigner de mes amis de beuverie. Le mental y est pour beaucoup.
Quand on réalise qu on a loupé et détruit sa vie ça fait réfléchir. J' avais un commerce saisonnier en station de skis et je n ais pas connu les bonnes personnes je rentrais tard bourré avec des excuses bidons un cadeau de temps en temps un mois de vacances après la

saison pour faire plaisir à mon ex épouse. dans cette période j'étais un mari exécrable et un mauvais père. C'est mon divorce qui a commencé à me faire réfléchir, le déclic hélas quand c'est trop tard. quand je vois le sourire de mes enfants maintenant c'est une petite victoire et ça me motive. Si vous souhaitez le quitter ce que je ne souhaite pas, cela doit être une question mûrement réfléchie. Votre bonheur compte aussi ne le gênez pas. cela doit être très dur pour vous d'être coincée entre amour et l'alcool de votre conjoint. Faites le bon choix, si vous devez vous séparer cela va être un soulagement pour vous. Mon ex épouse me l'a dit elle a été soulagée et elle s'est épanouie. Maintenant nous nous entendons très bien pour l'éducation et la garde de nos enfants.

Profil supprimé - 04/05/2018 à 14h29

Bonjour Penny,

Dans mon couple, l'alcoolique c'est moi (homme).

Pour que ton mari se prenne en charge, il faut qu'il ait conscience de son problème.

Un jour où il est bourré, et qu'il nie, alors demande lui s'il est d'accord pour que tu le filmes. Il va accepter. Puis filme le tout en discutant avec lui. Repose lui les questions : est-ce que tu as bu ? etc.... un petit film de 2 minutes max va suffire.

Puis attend tranquillement qu'il soit sobre (lendemain).

Demande lui s'il se rappelle que tu l'as filmé. Puis montre lui. Et là je peux te dire qu'il va se détester. Car le mariSOBRE ne connaît pas le mariALCOOL. Il y a deux personnalités. Et le mariSOBRE ne connaît pas le mariALCOOL.

Pour moi, ça a fonctionné.

Dans l'attente de ton retour sur expérience

Profil supprimé - 04/05/2018 à 15h44

Qu'est-ce que ça fait du bien de ne pas se sentir seule !

Merci Éric pour vos réponses, et contente pour vous que vous alliez mieux, comme quoi c'est possible !

Eagsfrance, merci pour le conseil, je vais essayer de le filmer, si ça peut l'aider à prendre conscience.

Mon ami utilise l'alcool comme un anti-dépresseur, il boit sois disant que quand ça ne va pas et il a toujours une bonne raison pour que ça n'aille pas. (et même quand il est sous antidépresseur il mélange avec l'alcool) Il n'a pas de copain de buvette il boit seul, en cachette. Je retrouve des bouteilles vides cachées dans le garage et je le soupçonne d'aller dans les bars aussi.

J'ai eu l'intention de le quitter mais je l'aime trop et j'ai peur que sans moi ça soit pire, il n'y aura personne pour appeler les pompiers quand il va trop loin...

J'ai aussi entendu parlé de l'hypnose vous en pensez quoi ? Je suis prête à tout essayer pour qu'il aille mieux mais faut que lui le veuille et pas juste pour me faire plaisir.

Profil supprimé - 04/05/2018 à 20h34

Penny,

Vous êtes loin d'être seul. C'est un problème collectif. Ma femme va à des réunions destinées à l'entourage des alcooliques et cela lui a permis de bien mieux comprendre le problème et le partager. De mon côté, je vais aux réunions qui me sont destinées. Je vous assure que quand vous serez allée à l'une de ces réunions, vous vous sentirez beaucoup moins seule. Chaque histoire est particulière bien sûr, mais vous vous apercevrez vite que cela est tristement...banal... hélas.

J'utilise l'alcool pour modifier mon état de conscience. Comme un médicament exactement, mais aux effets secondaires dévastateurs. Nous sommes nombreux à être des personnes anxieuses par nature, et dépressive ou d'humeur variable (éventuellement bipolaire, mais il a plusieurs stades beaucoup plus légers avant de parler de réelle bipolarité).

Alors oui l'alcool soulage incroyablement l'anxiété et donne le moral. Si c'est bien les effets ressentis au début, petit à petit la dépendance s'installe, et il faut augmenter les doses. C'est l'engrenage.

Votre ami ressent ce que l'on appelle le CRAVING = un envie irrésistible et incontrôlable de boire. S'il sent qu'il peut avoir sa dose, alors il trouvera le moyen de le prendre. Nous sommes astucieux et prévoyants, nous cachons les bouteilles, nous allons faire un saut au bar en allant chercher le pain pour avaler une bière en 30 secondes chrono même le matin (et pourquoi pas deux ou trois histoires de prendre un peu d'avance et de soulagement). Rien n'y fait, vous ne pourrez pas lutter contre sa volonté, c'est peine perdue. Mais votre challenge c'est de l'amener à prendre conscience. Inutile de discuter ou polémiquer avec lui s'il est alcoolisé car vous ne parlez pas à la bonne personne. Vous parlez à mariALCOOL, et ce n'est pas le bon interlocuteur. Il faut parler à mariSOBRE.

mariALCOOL n'est pas fiable, et il va oublier aussi la conversation. mariALCOOL n'est pas quelqu'un qui réfléchit trop ou qui fait de l'introspection. Il est bien, et il pense à sa prochaine dose. Car à chaque verre, et bien il a un nouveau CRAVING, et ça durera jusqu'au gros dodo. Vous pouvez peut-être une seule chose avec mariALCOOL, lui dire d'aller se coucher et peut-être il se laissera faire sans trop sourcilier. Une fois au lit, l'affaire est pliée en 2 minutes.

mariALCOOL va retrouver sa personnalité mariSOBRE avec une grande souffrance. C'est la DESCENTE.

1 – il va regretter et s'en vouloir

2 – il va être très angoissé, car il ne sait pas ce que mariALCOOL a fait. MariSOBRE va découvrir ce qu'il a fait quand il était alcoolisé

(des bêtises qu'il a faites, ce qu'il vous a dit ou pas, etc...) , mais il ne sait pas quoi ! Je vous dis pas l'angoisse énorme. Imaginez.
3 - C'est la déprime totale, on a honte, on veut oublier. On est tellement mal qu'on prendrait bien un verre.

Quand mariSOBRE est un peu mieux, et pas avant, le moment où il est le plus sobre et logique > la vidéo ! Et là vous expliquez que VOUS souffrez, parce que c'est vrai. Il faut montrer à mariSOBRE toute la souffrance, toutes les angoisses, tous votre malheur. Un coup de chance mariSOBRE est quelqu'un se sensible, il sait écouter votre souffrance mais pour l'instant pas question de parler de la sienne. Il faut vous faire passer en premier et expliquer. Car si lui il a la solution pour aller mieux tout de suite (un verre) vous vous ne l'avez pas ! Et d'ailleurs mariSOBRE ne va pas vous conseiller cette voie là pour vous soulager, il sait que la DESCENTE et le CRAVING sont des états très désagréables.

L'unique objectif est que mariSOBRE admette qu'il est à l'origine de cette souffrance. Et qu'il soit d'accord pour entamer une démarche pour arrêter tout cela. N'allez pas plus loin à ce stade ! Juste vous vous mettez d'accord sur le fait que vous allez ensemble traiter le problème. Ne l'empêchez pas de boire à ce stade là cela serait contre productif. Et si cela vous rassure, dites lui-même qu'il peut boire devant vous sans se cacher en attendant la prochaine étape. La prise la conscience et l'adhésion, c'est la clé ! Ensuite chaque chose en son temps. Et pour l'instant, c'est que mariSOBRE adhère au projet de trouver une solution.

Je regarderai régulièrement ce forum. En parler c'est une aide à la mémoire pour moi. Et vous verrez plus tard que c'est très important pour l'alcoolique.

Il est possible d'aller beaucoup mieux, je vois en réunion des abstinents depuis près de 30 ans....

Profil supprimé - 04/05/2018 à 21h52

Bonjour Penny

je suis d'accord avec Easgsfrance. Il faut le filmer. ma fille l'a fait un soir de très grosse beuverie, et encore je n'étais pas à mon maximum... je n'ai arrêté que 3 mois plus tard mais dans cet intervalle j'ai un peu levé le pied. cette vidéo m'a tellement marquée que j'ai écrit l'histoire de cette soirée et je la relisais avant chaque fiesta. ca m'a permis de moins exagérer mais malheureusement pas de guérir. pour ca j'ai dû renoncer définitivement à l'alcool il y a 6 mois et m'en porte bien mieux !!

Concernant ton compagnon, c'est à lui de se soigner et pas à toi de le faire. tu peux l'aider dans ses démarches mais la décision et la motivation doivent venir de lui. il existe aussi des réunions "ouvertes" chez les Alcooliques Anonymes où vous pouvez aller ensemble... tu peux toujours lui proposer après lui avoir montré la vidéo 😊 parler à des gens qui sont passés par là (tant côté alcoolique, que côté entourage) change complètement les choses... enfin pour moi ca a marché !
je te souhaite en tous cas du courage et espère que tout s'arrangera pour vous deux.

Profil supprimé - 04/05/2018 à 22h34

Bonsoir j'ai déjà filmé mon conjoint mais il oublie vite la vidéo malheureusement... Penny j'ai le même à la maison! Boit, antidépresseur, pleure et veut mourir. Moi aussi je me dis que si je le quitte il s'enfoncera encore plus, chose que je ne veux pas . Moi depuis un certain temps je l'aime autrement, sa présence est importante pour moi mais j'ai l'impression que c'est plus un regard de "nourrice" que de femme qui regarderait son mari avec amour. Je me suis mis en tête que je tiendrai le temps qui faudra même si parfois je me dis que c'est pas une vie. Pour l'instant j'ai les épaules solides pour le supporter jusque quand je ne sais pas je verrai. J'ai tous accepter de ses " caprices", tatouage avec son prénom, bientôt le mariage, même d avoir un enfant! J'essaye de le rendre heureux le plus possible mais c'est vrai que je me dis que ce n'est pas une solution de le couvrir. J aimerais tellement que cela change. Je comprend vraiment ton désarroi. Tu as les mêmes épaules mais combien de temps cela va durer. Je tire mon chapeau au femme quitte leur homme car c'est éprouvant physiquement mais surtout moralement. Mais pourquoi ont essaies pas de trouver une solution toutes ensembles? Battons nous avec leur démon. L'union fait la force et plusieurs cerveaux vaut mieux qu'un. Bonne soirée

Profil supprimé - 06/05/2018 à 08h23

Easgsfrance j'ai suivi votre conseil hier soir. Nous avons passé une bonne journée, et dans la soirée il a dit s'absenter pour aller faire son plein d'essence. Évidemment quand il est revenu il n'était plus le même. Je l'ai filmé en lui parlant maintenant il faut que j'ai le courage de lui montrer, j'espère qu'il va réagir !

Profil supprimé - 07/05/2018 à 13h28

Excellent Penny !

N'allez pas plus loin que convaincre de votre souffrance, et d'obtenir l'accord de principe de faire qqch.
Faut vraiment y aller tout doucement, étape par étape, mais sûrement.
Après, on avisera.

A vous lire

Profil supprimé - 07/05/2018 à 18h35

Je vous remercie beaucoup pour ces explications, je me documente beaucoup sur le sujet mais j'avoue que j'ai vraiment du mal à comprendre, moi qui n'ai jamais été soulevé de ma vie, je n'ai aucune dépendance, jamais fumé... J'ai vraiment du mal à comprendre que ce ne soit pas juste une question de volonté. Et je lui en veux tellement de me faire subir tout ça.

Profil supprimé - 07/05/2018 à 19h02

Bonsoir à tous

Peut être que mon soulagement va vous surprendre mais je suis tellement soulagée de ne pas être la seule... non pas' que j'en souhaite voir d'autres personnes plongées dans le m'esarroie qui est le mien mais Penny quand j'en lis tes mots j'ai l'impression de m'entendre parler...

je l'aime tellement quand il est sobre

Je ne veux pas le quitter

Il prétexte de fausses sorties pour aller boire en cachette

Ce sont des situations que je connais tellement bien malheureusement...

la seule différence c'est que mon conjoint veut se soigner mais il y a rechute à chaque tentatives.

Aussi je me tourne vers Eric : est-ce que les rechutes sont courantes ? Comment y croire encore ?

Après l'avoir vu qq mois sobres c'est encore plus compliqué de le revoir dans de drôles' d'états

Profil supprimé - 07/05/2018 à 19h04

Je suis épuisée de me battre contre la bouteille mais je n'en songe pas à baisser les bras m si c dur m si c un combat de chaque jours ! Il faut se soutenir et se battre contre ce' fleau

Très heureuse d'avoir trouvé ce forum car il encourage et me fait y croire encore

Profil supprimé - 07/05/2018 à 21h24

Penny,

On est pas tous fait pareil. Et c'est une maladie compliqué il faut bien le reconnaître. C'est juste important que vous compreniez comment cela fonctionne, car bien souvent, comme les gens croient qu'il s'agit de volonté uniquement, les demandes qu'il formulent au malade sont tout juste impossible à réaliser pour lui, même s'il s'y engagera de bonne foi, c'est plus fort que lui pour l'instant.

Alors, vous avez montrez la video ? Je vous sens angoissé à lui montrer... Pourquoi ?

Profil supprimé - 07/05/2018 à 21h44

Ananasbanane et Natdemars7

Arrêtez de vous décourager ! (pour mémoire, JE suis alcoolique. Il y a toujours risque de rechute, l'alcool est inscrit dans notre cerveau. Mais il peut y avoir de long moment d'accalmie). La rechute fait partie intégrante du processus de découverte de vos compagnons par eux-mêmes. Elle est quasi nécessaire. Mais à chaque fois, ça fait avancer le schmilblic !

Relisez mes posts ci-dessus et faites pareil que Penny. Objectif > montrer au compagnon quand il est sobre à quel VOUS souffrez. Ne parler pas de lui, parlez de VOUS. Et il n'y a plus qu'à avoir l'accord de principe de dire : "on va faire quelque chose OK ?"

Profil supprimé - 08/05/2018 à 01h03

easgsfrance merci merci merci infiniment moi qui me disais avoir appris bcp de choses sur la personne alcoolique j'en ai appris davantage en lisant votre récit. mon mari a un problème d'alcool ça fait plus de 20ans durant lesquels il a du arrêter une seule fois pendant un an et demi suite à une prise de conscience assez forte tout seul et sans l'aide de personne c'était en début de l'année 2016 et il a repris cet été 2017 . il a eu une enfance douloureuse je crois que c'est la source du problème il l'accepte pas d'aide et pourtant je lui en ai proposées des dizaines. suite à son récidive c'est lui qui a chopé une dépression sévère je venais de découvrir dirant une agréable année et demi un mari comme je ne j'ai jamais connu et voilà qu'il repart pour une durée indéterminée ..

il regrette d'avoir repris mais n'entreprend aucune démarche pour en sortir il est tout le temps dans le déni. j'ai dû consulter un psy puisque je ne devais pas lâcher j'ai une barque à mener toute seule un foyer deux enfants dont une adolescente et un mari en pleine rechute. mon psy m'a déconseillée de lui en parler et surtout pas de culpabiliser et comme il y a eu une première prise de conscience il y en aura d'autres et qu'il est sûr du chemin de la guérison. bref des fois je me dis qu'en me taisant je participe à renforcer son déni des fois je le comprend vu son enfance traumatisante " perte de la maman à 4 ans belle mère trop méchante à nos jours à 4 ans papa désespérée...et j'en passa" en gros c'est quelqu'un de très bien je le sent souffrir à ma souffrance et à la sienne mais il n'a aucune arme pour s'en sortir et dit pouvoir s'en sortir tout seul c'est une question de temps . votre récit m'aide dans le sens où je vais dorénavant m'adresser au mari sobre et lui faire comprendre que je suis au fin fond du puits et qu'il va falloir prendre une décision en toute urgence merci infiniment

Profil supprimé - 08/05/2018 à 02h55

Easgsfrance merci pour ton retour et ton partage de point de vue. Nous nous sommes un peu plus avancés car les réunions AA et psy nous ont permis d'avancer et ma souffrance je lui en ai fait part à plusieurs reprises mais cela ne vaut parfois des reproches tels que « tu veux me faire culpabiliser » « si ça te convient pas pars... ».

J'ai l'impression que la rechute est encore plus difficile à gérer parce qu'on croit qu'enfin on y arrive puis non !

Tous les espoirs sont anéantis et on perd à nouveau confiance.

J'ai l'impression qu'avant j'avais plus de patience de ressources pour palier à ces étapes mais aujourd'hui je suis fatiguée.

Pour ma part je sais que cela ne sert à rien de discuter avec marialcool alors comme nous n'en vivons pas ensemble si je sens l'alcool je préfère partir plutôt que de subir les insultes ou autres... malgré tout ce n'est pas une solution non plus. Car cela m'empêche de dormir et me rend malade folle...

Profil supprimé - 08/05/2018 à 19h33

> NISRINE

OK.

On va voir comment il réagit quand vous lui expliquerez (au mariSOBRE). Il est clair qu'il ne faut pas le culpabiliser, il s'en veut déjà tout seul et peut être même plus que vous. S'il s'est arrêté une fois seul, il est possible que puisse le refaire. Attention tout de même, les rechutes sont bien souvent plus fortes dans leur tempérament additif. A vous de juger où le curseur est acceptable pour vous. La vraie question est de savoir pourquoi on rechute. Mon analyse est assez simple. On s'arrête parce que on est dégouté de sois même. Et avec le temps (ca m'est arrivé et je l'avais même confié en réunion 15 jours avant), et bien je ne me rappelais plus des motifs de mon arrêt. Tout ce qu'il y avait de mauvais dans l'alcool, je l'avais oublié (ou en tout cas c'était plus évident pour moi). Notre cerveau a cette capacité (de défense à priori) d'oublier les mauvais souvenirs. Du coup violente rechute. Alors ensuite on comprend aisément pourquoi des abstinentes (parfois depuis longtemps) reviennent aux réunions > c'est pour entretenir la mémoire. Et ça, c'est toute la vie semble-t-il. Pour l'instant moi ma méthode d'échanger comme sur ce forum. D'autres vont toujours aux réunions. L'autre fois une personne m'a confié qu'elle cochait des cases. Et une fois qu'elle en avait tellement coché, elle s'est dit c'est bon, c'est plus la peine. Quelque jours plus tard > rechute.

> NATDEMARS7

Si mariSOBRE te dit « tu veux me faire culpabiliser » « si ça te convient pas pars... », C'est qu'il n'a pas envie d'arrêter ou qu'il est en phase craving (en train de vouloir prendre un verre). Que le levier de ta souffrance n'est pas suffisant. S'il n'a pas envie d'arrêter, alors laisse le s'enfoncer tout seul. On en reparlera quand il sera au fond du gouffre. Je suis passé par là, je pense que je contrôle, mais ça dure pas. Mais une fois que le gouffre est là, ça change tout. Il aura aussi sa propre motivation à ajouter à la tienne. Pour l'instant, il doit contrôler quand même et il ne ressent pas les effets négatifs pour lui, mais ça va pas durer.

> PENNY

Alors ??? des nouvelles ?

Profil supprimé - 10/05/2018 à 00h21

easgsfrance , merci pour vos conseils vous m'éclaircissez les idées d'autant plus que tout ce qui vient ds vos récits je le constate lors de mes observations aussi bien lorsque vous vous adressez à moi ou aux autres il est clair qu'il y a des ressemblances ds les comportements des marisobres et des mari ivres exp vous avez dit que les rechutes sont généralement fortes je le confirme mon mari faisait avant 4heures au bar il rentrait à 23h maximum et ne manquait jamais son job après la rechute il fait "tenez vous bien" 8h au bar il rentre à 4h du mat et rate bien évidemment son job il l'a fait depuis vendredi soir samedi soir et dimanche soir . de toute évidence il n'a pu reprendre lundi ni mardi ni ce soir il est chao . je me dis jusqu'où cela va le mener nulle part que la defailance totale il a pris un coup de vieux comme pas possible alors cela fais maintenant 3 soirs qu'il est bien sage sur son canapé et ne manifeste aucun signe d'abstinence sauf un manque de sommeil pendant la nuit je sent même venir une autre tentative d'arrêt bref je ne veux pas anticiper. une autre chose que je viens comprendre c'est que le seul moment où il exprime vraiment sa volonté d'arrêter c'est quant il s'apprête à partir faire son plein est ce juste pour me rassurer ou de se rassurer lui même il manifeste un enthousiasme comme à aucun moment de la journée il dit vouloir se faire aider qu'il envisage d'entamer des séances de thérapie qu'il veut bien en finir au début je le croyait et cela me rassurait mais puisqu'il j'en faisais pas autant ses promesses je ne crois plus . j'ai envie de dire que c'est juste pour faciliter le moment de départ parceque je sent que c'est un moment très difficile pour lui des fois il rentre du boulot met son pyjama s'allonge sur son canapé et s'apprête à suivre un match important quant soudain il se lève à la hâte met ses vêtements et sort sans me prévenir et sans rien dire je sent qu'il est en combat avec lui même le lendemain il est silencieux et n'aime surtout en parler . désolée mais ce sont des choses que j'aimerais bien éclaircir pour savoir comment agir moi qui reste bouche bée face à ces comportements inconpréhencifs je ne fais que l'observer et ça me rend malade je me focalise trop sur lui et je deviens impuissante merci encore une fois .

Profil supprimé - 16/05/2018 à 22h07

Bonsoir,
J'ai lu tout ce que vous écrivez et honnêtement je n'ai plus la force...
On est parti en weekend en amoureux et il n'a pas bu une goutte d'alcool pendant 3 jours mais depuis qu'on est rentré c'est reparti de plusbbelle.
En ce moment il est endormi sur les toilettes, il cuve. Peut-être que je vais devoir appeler les pompiers avant la fin de la soirée encore...
Oui, parce qu'il boit jusqu'au comas !
Je lui ai montré la vidéo (je l'ai filmé ivre) mais il s'énerve et ne veut pas en entendre parler !
Moi j'ai repr mes études, j'ai des enfants à élever, je n'ai plus la force de supporter ça, je mérite mieux que ça. C'est égoïste je sais...
Je sais aussi que ça va faire 3 ans que je dis que je vais le quitter mais je suis toujours là et je ne sais même plus pourquoi. Je me bats seule et je m'épuise pour rien...

Profil supprimé - 17/05/2018 à 09h36

Coucou Penny,
Je ne vais pas te dire de te battre car moi aussi je baisse les armes. Je suis fatigué, angoissé, triste enfin bref sans vie. J'aurais aimer avoir plus de témoignage de personne qui se sont battus bec et ongles car tous ce que je vois c'est qu'ont est tou (te)s pareil, dans la même situation. Je dis bravo aux personnes qui tiennent le choc car il faut avoir un mental d'acier. J'ai 1 fille en crise d'ado et 2 enfants qui sont à mon conjoint qui part aussi en cacahuète, une maison à m'occuper, un travail donc pu le temps de me battre pour quelqu un qui ne se rend même pas compte qui va faire pipi dans les placards.

Profil supprimé - 17/05/2018 à 12h45

Je vous comprends tellement...
Ce matin je lui ai dit que ce n'était pas la peine qu'il rentre à la maison s'il avait bu ou comptais boire ce soir. Je n'ai pas eu de réponse ..
Je verrai ce soir mais je suis presque sûre qu'il va rentrer et sentir l'alcool comme d'habitude.
Je voulais lui proposer de prendre rdv avec un addictologue et y aller avec lui. Mais je ne suis pas sûre de sa réaction.

Il a encore reçu un courrier en assignation au tribunal parce qu'il ne paie pas ses dettes, normal il dépense tout dans l'alcool ! C'est pour ça que je suis indépendante et fait tout pour le rester : pas de mariage, pas de BB, pas de maison. On ne peut pas faire de projet... C'est impossible

Profil supprimé - 17/05/2018 à 19h29

bonsoir
j'ai lu vos messages et je me revois 4 ans en arrière. le père de ma fille est malade alcoolique. Il y a 4 ans nous nous sommes séparés , ma fille n'avait que 2 ans. Cela a été très dure car je l'aimais plus que tout mais je ne supportais plus l'alcool. 4 ans après malheureusement l'alcool est encore la. il y a quelques mois il avait fait un premier pas. il a fait une première cure mais des sa sortie il a rechuté. depuis retour dans le déni. je l'aime et je l'aimerai toujours mais aujourd'hui je lui pose des limites. Je ne mérite pas de vivre dans cette angoisse des alcoolisations ; je sais que je ne peux pas l'aider. lui seul peut choisir de se soigner. la seule personne les filles que vous pouvez aider c'est vous et vos enfants. bon courage

Profil supprimé - 17/05/2018 à 21h16

Ce soir je pleure encore... Il est rentré ivre du travail. Je l'ai supplié de me quitter pour me libérer mais il ne s'en rappellera pas demain...

Profil supprimé - 18/05/2018 à 10h23

pennyleonard je vous comprend parfaitement je suis passée par des moments pareils la seule différence c'edt que le mien installe ses gardes fous et les respecte quoi qu'il en soit je réalise que sa conscience se réveille de temps à autre . mais il y a eu des moments où j'ai manifesté clairement que je n'y pouvais plus que cela me dépassait et je faisais sentir je me révolte à ma façon eh Bein je peux vous dire que cela ressemble à l'electrochoc pour lui il se ressaisi doucement et baisse considérablement sa consommation . pour vous il va falloir vous prendre en charge parlez en à un proche allez voir un psy comme j'ai fait cela m'a bcp aidé à surmonter mais vous restez la seule à pouvoir juger de vos capacités à supporter davantage ou pas . sortez de l'engrenage ne focalisez pas trop dessus dites vous et repetez le aussi longtemps que vous pouvez " je n'y peux rien pour lui je ne peux rien changer il est le seul maître de sa situation " vos angoisses ne changeront rien à la situation le declique se passera ds sa tête et ça n'est pas vous qui le provoquerai. parlez en au mari sobre choisissez le bon moment annoncez lui avec un ton comme vous ne l'avez jamais été que vous êtes au bout du rouleau que cela ne peux pas continuer comme ça et demandez lui comment vous pouvez l'aider à s'en sortir sinon vous partirez . multipliez les secousses changez vos habitudes faite lui comprendre que vous finirez par le quitter à jamais. mais pensez à en parler à consulter un psy ça vous fera du bien

Profil supprimé - 18/05/2018 à 18h13

Petite victoire ! Il a repris un rdv avec son addictologue. Ce n'est pas la première fois, la plus part du temps il ne va pas au suivant... J'espère que cette fois sera différente.
J'ai aussi lu quelque truc sur l'hypnose, vous pensez que c'est possible ? Est ce que ça a fonctionné pour certain d'entre vous ? C'est triste de se rendre compte qu'il y a tellement de personne qui souffrent de cette maladie, et peu de moyen pour nous aider. Et c'est tellement tabou dans la société ! Ma famille et mes amis ne savent rien de l'horreur que l'on vit à la maison. J'ai trop honte, et je ne voudrais pas que ça change l'image qu'ils ont de mon homme. Le monsieur sobre est tellement extraordinaire !

Profil supprimé - 21/05/2018 à 10h51

Pennyleonard
c'est une victoire tout à fait même s'il y aura rechute c'en est une .vous savez que la succession des tentatives d'arrêt est le chemin vers la guérison d'après les medecins addictologues.
à chaque tentative ils apprennent des choses de la dernières et ainsi de suite et certainement il y aura la bonne c'est un chemin assez long mais il faut persévérer. une personne alcoolique est une personne malade qui ne se plaît sûrement pas mais qu'il faut accompagner par des mots gentils surtout ceux qui ne sont plus ds le denis dite lui que vous le comprenez que ce n'est pas de sa faute changez votre comportement il vous le verrez changer aussi. sinon pour l'hypnose j'avais demandé à mon psy les vertus de cette médecine puisque j'ai une amie hypnotherapeute c'est une médecine douce qui a démontré ses vertus elle aide les personnes à démonter leur mal surtout quant on ignore la source de notre malaise ou qu'on a du mal à en parler . l'hypnotherapeute s'adresse à notre mémoire interne à notre subconscient pour chasser les fausses idées qu'on a dû absorber en fausses croyances et les remplacer par des idées motivante et instructives franchement je l'ai essayé et ça m'a bcp aidé.

Profil supprimé - 24/05/2018 à 22h05

Mon ami a été à son rdv, l'addictologue lui a prescrit un médicament à prendre en fin d'après midi. Sauf que ça commence mal, il ne l'a pas pris ce soir, il a préféré boire...

Profil supprimé - 26/05/2018 à 09h40

Pareil pareil pareil ! Nous ne vivons pas ensemble je lui ai imposé de Ne pas boire les soirs où on est ensemble la règle est pour la plupart du temps respectée si ce n est pas le cas je fais demi tour j'en rentre chez moi car j estime que je n ai plus à subir ces bourrages de gueule. Mais les soirs où on est pas ensemble il se rattrape et j ai droit à qq textos incendiaires bien sûr. Mais cette situation bien qu améliorée ne me convient pas non plus. J ai l impression d être gardienne de prison. Je n aime pas ce rôle et puis on dirait que quand il sait qu'il va passer 3 jours avec moi soit 3 jours sans boire il est parfois content puis il m en veut de ne pas pouvoir faire ce qu'il veut alors la machancete ressort parfois... bref cette relation est compliquée moi aussi comme vous toutes je l aime plus que tout mais je n ai plus le mental' ni la force d'en supporter tout ça ni le courage de faire autre chose. On se sent prisonnière on s en veut on culpabilise mais pourquoi dans le fond ? Est ce que fibalement' c n est pas une perte de temps de s'en battre contre la bouteille ? On ne gagne jamais. Bref ce jour la négativité m envahit et je ne crois plus en rien...

Natdemars7 je n'ai qu'un conseil, facile à dire, beaucoup plus dur à faire : fuyer ! Je regrette d'avoir pris son problème trop à la légère au début, ou d'avoir eu l'orgueil de me dire que j'arriverai à le guérir. Si seulement je pouvais revenir en arrière ! Je me sens prisonnière aujourd'hui comme vous dites. Impossible de le quitter, si il lui arrivait malheur je m'en voudrais toute ma vie !

Il n'a toujours pas commencer son traitement. Il y a eu quelques jours de mieux mais ce soir c'est reparti de plus belle ! Je le déteste quand il est ivre...

Donc on en est toujours au même point: moi qui m'épuise à trouver des solutions pour le soigner et lui qui n'essaie même pas de se soigner !

Souvent j'imagine qu'un homme parfait venu de nulle part vient me sauver de cet enfer... Ou j'imagine ce que pourrait être notre vie s'il ne buvait pas, on pourrait faire des projets, inviter les amis à la maison, être un couple normal...
