

## PLUS ENVIE DE ME BATTRE

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 29/11/2018 à 11h59

Bonjour,

Je pense que mon histoire ressemble à beaucoup d'autres ici sur ce forum.

Je suis en couple depuis 10 ans avec mon chéri.

Au début je trouvais qu'il buvait beaucoup en soirée avec ses copains donc je ne disais trop rien et petit à petit cela s'est aggravé.

Maintenant il boit le soir (pas tous les soirs mais très souvent) : bière, vin, vodka, gin, rhum ...

Certains jours je me dis que j'exagère qu'il n'a pas de pb mais tout me revient vite en pleine figure.

Le soir je rentre plus tard que lui et j'ai cette boule au ventre de savoir comment il va être, à peine dans le couloir je sens déjà l'odeur de l'alcool flotter dans l'air et à sa voix et ses yeux vitreux j'ai déjà compris ... combien de soirées gâchées, je n'ose plus inviter des amis, aller au restaurant ou aller manger des amis.

Mes nuits sont horribles : il gigote, ronfle, grogne, il se lève toutes les 5mns pour aller aux toilettes, j'ai peur qu'il tombe dans les escaliers bref je ne dors du coup que 3-4 heures et le lendemain je suis fatiguée, énervée moi qui d'habitude suis quelqu'un de joyeux tjrs de bonne humeur ...

Il a un travail très stressant il est à son compte mais bon je sais que cela n'excuse rien.

Il est dans le déni, ses parents lui ont déjà parlé après des situations graves il s'excuse et promet qu'il va se calmer mais rien ne change. J'aimerais qu'il aille voir un addictologue j'ai déjà eu envie de lui prendre RDV mais je pense qu'il n'ira pas ...

Je l'aime c'est quelqu'un de super quand il ne boit pas.

Heureusement nous n'avons pas d'enfant car je ne voudrais pas infliger cela à quelqu'un d'autre, mon père était alcoolique et j'en ai bcp souffert.

Certains jours j'espère qu'il lui arrive quelque chose de grave pour qu'il réagisse : une chute, une maladie .... et je m'en veux de penser à cela ...

J'ai aussi déjà pensé à partir quelques jours chez une amie mais pareil j'ai peur qu'il tombe dans les escaliers ou autre ...

Je pense qu'il faut que le déclic vienne de lui mais je m'en veux de ne pas pouvoir l'aider, j'ai honte de cette situation

Voilà je pourrais faire un roman de tout cela mais l'essentiel est écrit

## 1 RÉPONSE

---

[Joyeuse triste](#) - 30/11/2018 à 19h19

Bonsoir,

Je te comprends c'est pas facile à vivre. Je vis la même chose sauf que je lui ai dit que je voulais me séparer de lui en autre à cause de l'alcool.

Il sait mis à boire de façon abusive il y a 3 ans, boire pour se sentir mieux... à partir de la tu comprends qu'il a un problème ! Il m'a fallu 3 ans pour dire stop. J'ai développé des angoisses, du stress je dormais peu quand il était très alcoolisé. Comme pour toi agitation, crainte qu'il tombe dans l'escalier etc... Je suis allée voir une psychologue pour calmer mes angoisses, je me suis retrouvé en pleurs face à mon médecin car je n'arrivais plus à avaler. Puis j'ai pris conscience que j'avais peur pour lui pour moi comme toi je rentrais du travail la boule au ventre ... au mois de mai je lui ai dit C'est terminé. Je lui avais posé 2 ultimatums avant cela. Tu n'as pas à avoir honte mais tu ne peux rien pour lui, si il ne prend pas conscience lui-même du problème tu n'y changeras rien. Sauf que toi tu dois te protéger psychologiquement, physiquement et ne pas subir plus cette situation. Il faut parfois des chocs pour qu'il prenne conscience de la situation. Pour ma part si tu lis mon fil il vient d'avoir un accident. Depuis mardi plus une goutte, jusque quand ?! Sûrement jusqu'au jugement... Je ne te dis peut-être pas les mots que tu aurais aimé entendre dans le sens où j'ai lâché prise, ou j'ai pris le parti de mon bien-être et celui de mon fils complètement perturbé. Je te souhaite du courage dans ce combat qui peut s'avérer très long et pénible. Mais pense aussi à toi !

---