

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

BESOIN D'AIDE ET DE CONSEILS

Par **Profil supprimé** Posté le 05/11/2015 à 10h05

Bonjour à tous,

Ce n'est pas évident pour moi de me confier mais je vais essayer de trouver les mots justes pour que vous puissiez me conseiller et m'aider.

Je vis avec mon ami depuis 5 ans, mais il s'est remis à boire depuis environ 4 ans. Au début c'était à outrance, toute la journée mais depuis 2 ans il ne boit que le soir mais en grande quantité. Il ne boit jamais la journée quand il travaille.

Parfois il a des "blacks out", dès qu'il a une contrariété, ou un mot, un geste, un oubli de ma part qui ne lui plait pas, il change de caractère et se met à m'insulter, à hurler, à casser des objets, à me secouer, bref c'est l'horreur pour moi. J'ai toujours pardonné ces gestes le lendemain car ne se rappelant plus de rien, il se mettait à pleurer et à s'excuser.

La depuis 3 mois environs, ces blacks out sont plus violents en paroles, il menace maintenant de me tuer, même s'il ne le pense peut être pas, même si c'est sous le coup de la colère, j'ai vraiment très peur.

Et depuis quelque temps je ne me reconnait plus, moi qui lui pardonnait toujours, qui lui parlait calmement, je n'y arrive plus, je lui en veux, je lui parle très sèchement, je suis très froide avec lui, j'en sais pas pourquoi j'agit comme cela. Je l'aime mais je suis différente. C'est pour cela que j'aimerais savoir si ma réaction est normale, et si d'autres personnes ont déjà vécu cela.

Je vous remercie beaucoup de vos réponses, je pleure tous les jours, je suis vraiment désespérée.

9 RÉPONSES

Moderateur - 05/11/2015 à 19h27

Bonjour Lilidu62,

Je vous ai répondu en fait dans le fil de "difficile 1" (SVP Conseils urgents) puisque vous y aviez aussi répondu et que vos histoires sont similaires.

J'ajouterais simplement ici que le fait que vous ne vous reconnaissiez plus dans vos réactions et qu'elles aient changé est normal. Sans en avoir conscience mais tout à fait logiquement vous vous défendez parce qu'il a commencé à vous menacer et à être plus agressif. Vous mettez de la distance en fait, même si vous n'en n'avez pas pris la décision "consciemment". C'est tout simplement plus fort que vous et c'est nécessaire. Continuez sur cette ligne, ne vous adaptez pas à son nouveau degré de méchanceté sinon il continuera.

L'alcool, à la longue, est toxique pour le cerveau et fait perdre ses repères. Ne l'excusez pas trop et, surtout, faites vous aider pour savoir quelles décisions prendre ou comment mieux vous positionner sur ce qui arrive.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 06/11/2015 à 10h21

Bonjour,

Je vous remercie beaucoup de m'avoir répondu, ça fait vraiment beaucoup de bien de savoir que je ne suis plus "seule".

Je me suis renseignée sur les différents organismes que vous avez proposé, et j'en ai trouvé un proche de chez moi qui m'accueille la semaine prochaine et qui va m'aider à me libérer de tout ça. Je pense que j'ai fait une bonne démarche.

Déjà le fait de vous en avoir parlé m'a enlevé d'un poids donc je pense que j'y verrais plus clair vendredi prochain.

Merci du fond du coeur

Profil supprimé - 06/11/2015 à 11h30

Bonjour

Déjà merci au modérateur pour votre réponse, je réfléchis à finalement aller en parler pour essayer de trouver une solution mais c'est assez difficile puisque l'on ressent comme une honte même si ce n'est pas nous qui sommes alcooliques mais je sais qu'il faudra se lancer alors merci encore pour vos conseils

Lilidu 62 merci aussi à toi de m'avoir répondu sur mon post, comme tu dis je me retrouve aussi dans ton post.. Comme tu m'as demandé non il ne me touche pas physiquement mais même si il n'y a pas de blessures physiques elles font aussi mal que les mots horribles qu'ils emploient, on est blessé intérieurement et on se sent comme des moins que rien...

Le mien aussi a des black out ... La plupart du temps il ne se souvient pas de ce qu'il a dit et quand je lui rappelle le lendemain il me dit que ce n'est pas vrai qu'il n'a jamais dit ça mais que si il l'a dit alors c'est que c'est ma faute comme d'habitude si tu les écoutes rien n'est leur faute mais nous nous avons tous les défauts possibles Et comme le tien il change de caractère d'une seconde à l'autre si quelque chose ne lui va pas ... Le pire c'est quand il me demande d'aller lui faire une course à 20h et que je refuse je sais que la soirée va être terrible et que je vais finir en larmes tellement il va me pousser à bout avec ses mots qui nous touchent ou ça fait mal !!! J'en suis à être dégoûtée de rentrer à la maison et malgré tout ça je n'arrive pas à partir

Ce qui me surprend c'est quand j'ai lu que tu avais changé de caractère, depuis quelque mois j'ai également changé je suis devenu froid, très distant et quand il est sobre je suis comme toi je ne lui parle pas gentiment je n'arrive plus à être gentille non plus sauf quand il est soul que j'essaie d'être "assez bien pour monsieur" pour éviter d'en prendre plein la tête

Ça fait du bien de pouvoir parler à des personnes qui sont dans la même situation mais je suis encore plus en colère quand je pense que d'autre puisse vivre la même chose car même à ma pire ennemi je ne lui souhaite pas de vivre avec un homme alcoolique dans le déni... Qui ne veut pas se faire soigner

En tout cas de voir quelqu'un comme soi qui vit la même chose et Ben ça fait réfléchir même si ils nous disent les pires mots qui existent et Ben ils ont tort et ne te dévalorise pas ne te dis pas que tu es grosse moche et tout ce qui s'en suit comme tu m'as dit dans mon post tu es quelqu'un de courageuse avec un cœur énorme et que tout ce qu'il dit est complètement faux, pour supporter tout ça tu peux te dire que tu es beaucoup mieux qu'il ne le pense

Par contre quand il te dit "je vais te tuer" et que tu lui demandes pourquoi il te dit ça le lendemain il te répond quoi??? Ne lui montre surtout pas que tu as peur tu es plus forte ! Avec ton post je viens de comprendre que ce qu'on endure n'est pas normal... Si je pouvais revenir en arrière j'aurais souhaité ne jamais le rencontrer et je sais que la meilleure façon de s'en sortir serait de le quitter mais on n'y arrive pas, et c'est là où est le problème ...

J'espère en tout cas que toi tu arriveras à trouver la solution qui finira par te rendre le sourire car personne ne mérite de vivre une vie pareille, j'ai 24 ans et j'ai l'impression d'avoir gâché ma vie mais il faudra bien qu'on finisse par penser un peu à nous car il nous détruit jour après jour.....

Profil supprimé - 11/11/2015 à 10h57

Bonjour à tous,

J'ai 20 ans et je vis la même situation que vous. Je suis en concubinage avec mon copain depuis bientôt 3 ans. Nous avons comme projet de construire une maison prochainement ensemble mais je suis plus sûre de le vouloir vraiment. Au début il buvait peut-être depuis qu'on est venue habiter près de chez parents il boit tous les week-ends et même le soir quand il sort du boulot. Quand il arrive il est complètement ivre, il s'énerve pour un rien. Le lendemain il se souvient plus de rien et croit que je lui ment. Il me repousse et cris sur moi. Déjà qu'au début j'avais du caractère je suis devenue plus méchante encore. C'est moi qui lui crie dessus quand il est sobre et ça lui donne à nouveau un prétexte pour aller boire avec ces potes. Ma mère me dit de lui quitter tant qu'il est encore temps mais j'y arrive pas je l'aime tellement et même si c'est dur pour moi j'hésitais pas à demander l'aide d'un spécialiste si cela est nécessaire. Mais je pourrais rien faire contre sa volonté. Il a 24 ans. Qu'est-ce que je dois faire pour l'aider.

brisée - 11/11/2015 à 19h19

Bonsoir, je viens de vous lire et c'est pas une vie normale de supporter l'alcoolisme de son mari. J'ai mis des années à comprendre tout ça; Mon mari a essayé de m'étrangler en 2010 et le lendemain excuses, mais quand il m'a poussé au sol en me laissant toute seule toute la nuit, là j'ai réagi et j'ai appelé au secours en téléphonant à alcool info service et depuis, dans un CSAPA en infirmerie où au premier rendez-vous j'ai vidé mon sac car je n'avais plus honte, cette honte qui vous fait vous cacher des autres ! En septembre j'ai pris des somnifères avec alcool et finis à l'hôpital et mon mari a eu le déclic et il ne boit plus. Ne faites pas comme moi, il ne faut pas rester seule avec l'alcoolique sinon il vous brise chaque jour qui passe. Lisez moi : complètement brisée. Il ne faut pas rentrer dans le jeu de l'alcoolique mais lui montrer que l'on peut vivre malgré tout sans lui. Combien de fois j'ai pensé si mon mari est mort je serai libéré de ce fléau, à tel point de penser ça pour arrêter ce calvaire qu'ils nous font vivre. Moi aussi je suis devenue très froide avec lui et encore plus le lendemain, on n'est pas des esclaves ! Plus de rapport, plus rien que des violences verbales et physiques, mais cette réaction est normale, on est sur la défensive et il faut montrer les limites sinon on meurt à petit feu. Ce forum m'a beaucoup aidé et soutenu dans ma souffrance et je vous invite à continuer et d'aller dans un CSAPA. Dans le temps, les hommes ont toujours bu mais les femmes et les enfants supportaient. De nos jours, les addictions sont bien reconnues et il y a des aides et il faut les saisir car seule on ne peut rien faire. Bon courage.

Profil supprimé - 14/11/2015 à 18h16

Bonsoir à tous,

Je vous donne quelques nouvelles me concernant. Samedi après midi il a été beaucoup trop loin, il avait bu beaucoup de whisky et s'en est pris à moi verbalement en me menaçant de me "fumer" puis il s'en est pris à moi physiquement : étranglement, poing dans la figure et il m'a entraîné par les cheveux. J'ai voulu partir de suite mais j'ai eu peur car je ne savais pas où aller.

Le lendemain quand il s'est réveillé et quand il m'a vu, il s'est mis à pleurer. Par contre je ne lui ai pas pardonné, cela fait une semaine aujourd'hui et je lui ai dit hier que j'allais partir. J'en ai parlé à une personne dans un organisme pour violences dues à l'alcool hier cela m'a fait beaucoup de bien et je vais être suivie.

Il le prend très mal, me dit que je m'inflige moi-même les coups, que j'abandonne sa famille (il a deux enfants qui viennent durant les vacances), que c'est de ma faute que j'aurais dû réagir avant, je ne sais plus quoi penser. Le pire c'est que quand il me dit ça il est sobre !!!

J'ai peur de ne pas réussir à partir, mais si je reste je vais dépérir, j'ai trop peur, et surtout je ne le crois plus quand il me dit qu'il va restreindre. Je dois me trouver un logement, je n'ai aucune ressource, je suis un peu paumée et surtout très fatiguée.

Je suis devenue froide, désagréable avec lui, je ne me reconnait plus et c'est insupportable.

Merci en tout cas de me lire, cela me fait du bien de parler.

Moderateur - 20/11/2015 à 17h52

Bonjour Lillidu62,

Seuls de réels efforts de sa part pour arrêter l'alcool et se réformer vous montreraient qu'il a compris. Le fait qu'il laisse entendre que vous vous auriez vous-même infligé ces coups est au contraire un signe de déni ou de manipulation. Ce n'est pas un bon signe pour se dire qu'il ne recommencera pas.

Par ailleurs il y a vos réactions, votre froideur, qui parlent pour vous. Vous vous protégez, vous avez été traumatisée par ce qu'il a fait.

Continuez à aller parler avec les différentes personnes que vous avez déjà rencontrées.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 30/11/2015 à 11h51

Bonjour à tous,

Concernant ma situation, elle n'a pas changé, je le quitte. Ce n'est pas évident à vivre car la cohabitation est parfois très difficile à supporter.

Il est allé voir le médecin qui lui a prescrit du Baclophène. Il continue de boire en plus de ses antidépresseurs et avec le baclophène quand il a atteint un degré d'alcool suffisant il est très malade, mais cela ne l'empêche pas de continuer le lendemain.

Dimanche dernier il a encore eu une crise, il m'a jeté une chaise en pleine figure ce qui m'a causé un gros hématome au bras en voulant protéger mon visage. Je ne pouvais pas m'enfuir car il avait pris les clés de la voiture, cassé mon téléphone et mon ordi, j'étais coincée en espérant qu'il allait se calmer. Ce fut les minutes les plus longues de toute ma vie...

Je fais des démarches pour obtenir le RSA et ainsi pouvoir avoir un logement, car avant je travaillais à mon compte mais j'ai dû arrêter car je ne pouvais plus assurer mon travail, à cause de la culpabilité, de la douleur... Il m'a brisée moralement et je vais essayer de me reconstruire mais sans lui.

Il me reproche d'abandonner une famille, mais ce ne sont pas mes enfants ce sont les siens, et je pense n'avoir abandonné personne, mais plutôt que c'est lui qui nous a abandonnés. C'est quand même difficile pour moi d'entendre cela, mais encore une fois il me manipule pour que je reste.

Il me reproche aussi de n'avoir pas réagi avant, mais je culpabilisais tellement, je pensais que c'était ma faute s'il buvait, et ça a duré quatre ans. J'ai réagi quand il a menacé les enfants et moi il y a trois semaines, j'ai l'impression de m'être réveillée mais par contre je ne suis plus la même, mais avec le temps ça passera.

Je vis continuellement dans la peur, il me dit qu'il va me pourrir la vie quand je vivrais seule, que si je refais ma vie il allait tuer mon ami, qu'il se moque de la prison... J'ai peur car même en le quittant je ne serais pas tranquille.

Si je vous dis cela, si j'ai autant peur c'est que l'année dernière mon cousin qui avait des problèmes d'alcool a mis fin à ses jours car il n'a pas supporté que sa femme l'ait quitté avec ses deux enfants. Ce week-end là il avait la garde de ses enfants, et avant de se pendre il a tué ses deux enfants en les poignardant.

Et maintenant quand mon ami a ses crises, il me menace de faire pareil, il ouvre le tiroir avec les couteaux et le referme, juste pour que j'entende le bruit. C'est horrible, et dans ces cas-là je ne parle pas, je ne dis jamais rien, car sinon c'est pire.

La en ce moment je suis au plus bas, je sais que je vais partir mais je n'ai pas la force d'avancer, ça me fatigue beaucoup. Je suis aidée mais c'est très difficile. J'espère en tout cas connaître un jour le bonheur, que mon avenir soit bien, et que je me sorte de cette situation

sans trop de dégâts.

Je vous remercie d'être là, ça fait un bien fou de pouvoir se confier

Moderateur - 30/11/2015 à 14h44

Bonjour Lilidu62,

Ce que vous décrivez est vraiment inquiétant. Pour vous protéger je vous conseille vivement d'aller au commissariat ou à la gendarmerie la plus proche, éventuellement accompagnée d'un/d'une ami(e). Vous pouvez déposer une main courante ou porter plainte pour ces menaces. Le fait au moins de le signaler permettra à la police de réagir plus vite en cas d'agression. De plus allez faire un certificat médical qui constate les hématomes sur votre bras. Cela peut servir de preuve en cas de besoin.

Lili protégez-vous !! Parlez-en à de la famille, des amis ou des voisins afin de pouvoir vous réfugier chez eux si cela dégénère. Ne culpabilisez pas de n'avoir pas réagi avant car il a aussi tout fait pour que vous ne réagissiez pas. Ce n'est pas de votre faute tout ça !!

Partez le plus tôt possible. N'hésitez pas aussi à appeler le 3919, le numéro sur les violences conjugales car ils vous conseilleront sur les papiers à mettre à l'abri et pourront vous orienter vers des associations locales d'aide aux femmes victimes de violence conjugale.

Allez, bon courage !

Cordialement,

le modérateur.
