

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

SANS LUI

Par **Québécoise** Posté le 30/06/2021 à 16h28

Il m'a menacé de me frapper.

Je dormais après ds le salon et lui faisait une sieste ds la chambre. Il s'est levé et m'a dit de me lever prc en rentrant de m'être baigner j'ai mouillé le planché.

Il m'a tiré par le bras et je lui ai dit de me lâcher. Il n'arrêtait pu de crier, de m'insulter.

Je lui ai dit d'aller se coucher, il continuait.... J'ai dit si tu m'arrête pas je vais te filmer.

Il a essayé de m'arracher mon cel. Il m'a menacé de

Me frapper.

Ensuite il s'est enfermé ds la chambre et il m'a dit que je le rend fou. Qu'il n'est pas violent, que je suis arrogante.

Ca fait presque un an que je m'occupe pas de sa consommation. Je m'attarde à nos échanges.

Je me suis inscrite à une thérapie pour la dépendance affective.

Je lui ai dit de ne ps m'appeler ni me texter. Hier il l'a fait, je lui ai répété.

Depuis 2 jours, pas de nouvelles, ça me fait un trou ds la poitrine. Je relis ce que j'ai écrit depuis que je viens sur ce site. Et ça me renforce à tenir pour rester loin de lui. J'ai de bonnes amies une famille que j'adore des frères merveilleux, un ado ... lol qui me qui je tm maman souvent

Un nouveau job que j'adore

Je me sens tellement accro, c'est dégoûtant!

A suivre

2 RÉPONSES

Enomel - 17/07/2021 à 06h44

Coucou j'espère que tu vas bien ? Et sue depuis tu as pu soufflé un peu loin de tout ça. Ici aussi il y a eu du mouvement depuis deux mois nous sommes dans notre nouvelle maison bébé est né ma grande fille est au petit soin de son petit frère mais depuis que nous sommes arrivés plein d'excuse pour l'alcool et hier soir celle de trop, jamais il n'y avait d'alcool fort chez nous mon père alcoolique aussi a voulu faire un gâteau tiramisu bien évidemment il faut du rhum et la bouteille est restée là je l'ai rangé il l'a trouvé il l'a bu suis rendu malade dit qu'il dort dans le salon pour ce punir bref ma fille pas bien est venue dormir avec moi il nous a rejoint complètement bourré a vomi heureusement dans les toilettes, ma mère dormant dans la chambre de ma fille je pense quelle a tout entendu .. elle connaît ça avec mon père .. j'espère trouver un échappatoire avec mes deux enfants je ne veux pas les priver de leurs père et j'ai pas envie d'être là méchante je regarde les annonces de maison je ne sais pas comment faire ni les moyens de partir je ne veux plus supporter ça mais ne veux pas recommencer tout à zéro le vide être seul ne plus voir mes enfants seraient trop dur .. je verrai comment ça passe la journée sûrement comme si de rien était ma famille ma bien appris se concevoir de se taire pour ne pas avoir à endurer plus de souffrances ..

Québécoise - 21/07/2021 à 15h13

Je te comprend!

J'ai aussi grandi en pensant que je devais garder le silence pour préserver mes liens d'attachement, j'y ai sacrifié mon authenticité aussi.

C'est vraiment ces ancrages que ns répétons. C'est compolement ont p-e été adapté petite pour survivre sous le règne de nos parents. Mais ils sont maintenant inadaptés de continuer à supporter l'inacceptable pour maintenir la famille....

Je suis en processus de thérapie pour démêler tout ça.

Je vais développer de nouvelles compétences pour instaurer de nouveaux comportements adaptés à maintenant. Et pratiquer, pratiquer ... pour commencer par le début et devenir intermédiaire puis pro.

Avec un nouveau né, c'est pas évident! Je suis allée à Alanon depuis 2 semaines aussi. Ça l'air beaucoup, j'étais pas bien et j'avais besoin d'aide pour me resserrer sur moi. Pas sur lui puisqu'il débête!

On a choisi des hommes malades, c'est pas évident du tout. Peux-tu parfois avoir de l'aide pour prendre un 2 heures par semaine pour faire qq chose pour toi?

Ca va remonter ton energie et apres tu pourrais etre moins destabilisé par les conséquences de l'alcoolisme.

Je pense a toi et je t'envois pleins d'energie et de reconfort.

X
