

JE L'AI QUITTÉ ET JE SOUFFRE

Par ka3333 Posté le 03/03/2020 à 20h03

Bonjour à tous,

je me pose sur ce Forum car je viens de prendre la décision il y a 3 jours de quitter ma compagne et j'avoue que c'est dur. Nous ne vivions pas ensemble(de mon choix) d'ailleurs, elle vient de déménager (pas très loin) mais c'était un projet qui lui tenait à cœur.

Nous nous sommes rencontrés il y a 3 ans via un site de rencontre. Le feeling est passé de suite..nous avons échangé un petit moment et avons pris la décision de nous rencontrer. Soirée magique, quelque peu arrosée mais nous étions bien. Nous avons commencé à nous fréquenter. elle était maman ce qui ne me dérangeait pas du tout. tout a été très vite comme un tourbillon. j'avais émis le souhait de prendre le temps de nous connaître avant qu'elle ne me présente sa fille mais elle a réussi au bout de 3 semaines un mois à ce que je la rencontre..bref, un amour..Je me suis tout de suite investie dans cette relation, trop vite sans doute. Au début pas de soucis particulier mais au fur et à mesure, j'ai remarqué des comportements incohérents.. (appels le soir avec une voix bizarre, discours également étrange, une fois même, elle m'a hurlé dessus bref) je lui ai demandé ce qui c'était passé, elle m'a répondu pardon j'étais sur les nerfs. Au fur et à mesure, je me suis attachée à elle jusqu'à en tomber amoureuse. Amour illusoire je pense..

au cours de mois suivants, elle m'a fait des coups pendables, le quittant par téléphone en me disant qu'elle s'était trompée, qu'elle aimait encore son ex etc...j'ai pris ma voiture et suis allée chez elle direct pour pouvoir en decoudre..elle était ivre...

S'ensuivent des phases où ça allait mais bien vite ces comportements revenaient c'était cyclique..au fur et à mesure j'ai appris qu'elle m'avait menti sur sa situation, découvert qu'elle buvait en cachette..assisté à des comportements dangereux, pour elle, pour sa fille. pour moi..elle s'est fait du mal..bref la totale..mais je suis restée car je l'aimais. elle était géniale dans ces phases "normales".

elle a déménagé la semaine dernière et malheureusement je ne pouvais être présente (déjeuner prévu avec ma famille) il y a 3 jours suite à une dispute, elle m'a laissé un message pour me reprocher mon absence, que je faisais passer ma famille avant, m'a encore une fois insulté et surtout me dire que maintenant elle avait atteint son but t qua présent elle s'en foutait que je sois d'accord ou pas) je n'ai pas pu me contrôler suite à ça je lui ai dit le reste..je lui ai dit c'est fini.. et bien plus que ça..je vous avoue que je sais que j'ai pris une bonne décision mais c'est très difficile de se faire traité ainsi sachant que pendant c'est 3 ans j'ai été là.

voilà je suis désolée si l'histoire est un peu confuse mais c'est aussi confus dans ma tête. j'espère vous lire pour prendre vos avis précieux.

9 RÉPONSES

Ninotchka - 06/04/2020 à 01h41

Hello Ka,

Merci pour ton témoignage, on sent que la rupture est difficile à vivre mais tu as fait le plus dur. Une part de toi regrette ce que vous ne vivrez plus ensemble, mais une part de toi a su te sortir de ce merdier avant qu'il ne soit trop tard. Tu peux être fière de toi !!

Souviens-toi que tu n'es pas responsable de sa maladie et qu'en vrai, à part la soutenir, tu n'aurais rien pu faire. Tu mérites d'avoir quelqu'un d'équilibré dans ta vie, qui soit prêt à te donner autant que tu donnes ! Profite de ce moment toute seule pour penser à toi, faire des choses qui te font plaisir et prendre soin de ta petite personne,

Courage pour la suite 😊

an69 - 09/04/2020 à 12h52

Bonjour @k3333

Je pense que, compte tenu de ce que tu décris, tu as pris la bonne décision. Il faut te préserver et t'offrir l'occasion de faire le point sur ce que tu attends d'une relation. Tu ne fais pas ce choix de gaité de cœur car tu as beaucoup investi d'énergie dans cette relation. C'est bien souvent le cas avec les malades alcooliques : ils deviennent le centre du monde du fait de leur comportement qui génère de l'insécurité permanente et on se fait « fagociter » par leur besoin d'attention, leurs angoisses, leurs réactions agressives etc. On peut devenir dépendant de ce type de relation petit à petit et sans s'en rendre compte. Et c'est l'enfer. Prenez soin de vous. Vous avez raison de chercher des partages d'expérience. Informez vous également de cette maladie cela vous fera mieux comprendre ce que vous venez de vivre et continuerez de vivre si vous renouez avec elle. Et si vous renouez avec elle faite le prudemment et en étant aidée. Car on peut choisir de rester avec une personne alcoolique, c'est le choix que j'ai fait mais en étant accompagnée notamment par un CSAPA et AI Anon. C'est un chemin plein d'embûches et ponctué de moments où je me posais la question de partir, régulièrement; mais cela me permettait régulièrement de faire le point : est-ce qu'il y a du progrès, suis-je heureuse, est-ce que je m'occupe bien de moi, etc... bon courage donnez de vos nouvelles car cela enrichit le capital d'expérience des entourages et vous pouvez aider d'autres personnes avec votre témoignage.

Pacha - 09/04/2020 à 15h22

Bonjour. Ma relation dure depuis 10ans....de nombreuses ruptures du au comportement que vous connaissez tous. Irritable. E erve. C est toujours de ma faute. Je comprends rien d après ces dires... Il boit plus que la normale... An dernier cancer des poumons avec métastases... On s est remis ensemble et je l accompagnés dans chimio intervention. Etc... Depuis février il consomme deux Ricard par jour demi l de rose à chaque repas. E très repas bière..... Et quand je pars au lit rhum... Ve dredi il a sur picole.... J ai eu flics car il a cassé à la maison après plusieurs chutes... Vulgarité propos terribles... Les flics l ont emmenés... J ai plus de news.... Je souffre... Il est seul. Et sa maladie en plus... Je me culpabilise..... Que dois je faire ? Je souffre terriblement

an69 - 10/04/2020 à 13h30

Bonjour @pacha

Après toutes ces émotions on peut comprendre que soyez en souffrance et d'autant plus que vous n'avez pas de nouvelles. Je pense que compte tenu de ce que vous décrivez de son état il a été dirigé vers un service de soin. Peut-être pouvez-vous contacter des proches de votre compagnon (famille amis) qui pourraient avoir eu des nouvelles. J'ai été confrontée une fois à cette situation et c'est la soeur de mon mari qui a l'époque n'était que mon compagnon, qui avait eu l'info qu'il était à l'hôpital. Ceci pour vous rassurer. De votre côté c'est important de pouvoir parler de ce que vous éprouvez. Cela vous permettra de soulager vos tensions intérieures et d'éclaircir vos idées et de vous sentir moins seule (amis, famille, services spécialisés dans les addictions). Sur ce site vous trouverez des info sur ces services et associations. Pour moi j'avais un numéro de téléphone d'une personne rencontrée grâce à l'association al anon et qui me soutenait par téléphone lorsque j'étais dans une situation difficile émotionnellement. Continuez à partager. Bon courage

Québécoise - 10/04/2020 à 18h50

Merci an69

Je sens ds vos ecris que vous etes allée aAlanon

Ca fait du bien , en confinement ca me manque 😊 je venais de recommencer d'y aller et ca parrait vite ds mon etat interieur et ds ma relation.

Merci merci merci ca me fait du bien de va lire 😊

Mon coeur est plus leger

X

Pacha - 10/04/2020 à 21h47

Merci an69. Je me suis renseigner il a été en cellule de dégrisement. Puis reparti chez lui personne ne prends de news il a coupé les ponts avec sa famille.. J ai essayé de lui mettre un message doux aucune réaction.....

an69 - 10/04/2020 à 23h10

Bonjour Québécoise

C'est vrai que grâce à al anon j' ai surmonté bien des situations difficiles. Pendant le confinement il y a des réunions par téléphone ou vidéo. Lundi j'ai participé à une réunion et j'avoue que cela m'a fait du bien car cette période commence à être un peu pesante pour moi. Je continue à aller en réunion même si je n'ai plus le problème d'alcool dans ma vie. C'est un équilibre dans ma vie. Bonne continuation

A2 - 19/04/2020 à 15h35

Bonjour ma première union 11 ans c est achevée a cause de cette m.. de j ai eu 2 filles ca devenait de plus en plus violent je l ai quitté car ma grande de 4 ans a l époque m a dit maman pleure c est papa j ai vu qu elle comprenait donc je l ai quitté puis je suis tombée amoureuse d un homme super je lui ai tout expliqué surtout que je ne voulais pas revivre ça j ai eu une 3 ème fille tout aller bien il est partie faire du déplacement et il est tombé dedans ca fait 4 ans que je me bats pour qu il arrête il m a avoué d avoir un problème avec l alcool il arrête la semaine mais le week-end il se rattrape il est devenu de plus en plus agressif envers moi et les filles je sais qu il souffre il a perdu sa mère de cette merde il y a un an il y a un mois on est presque venu aux mains ca fait un mois que je vis en haut avec mes filles et lui en bas sans parole a cause du confinement lui il travaille encore donc la semaine c est moins dur aujourd'hui c est l anniversaire de ma 2 filles 15 ans il ne lui a pas encore souhaité comment un homme super il a pu devenir aussi méchant et égoïste pourquoi il préfère nous perdre plutôt que d arreter cette merde pourquoi ca me retombe dessus une 2 même fois qu est-ce que j ai fait pour que les 2 peres de mes filles tombent dans cette maladies c est dur je reste positive devant mes filles car je veux pas qu elles me voient triste mais c est dur

Mily - 19/04/2020 à 22h52

Je suis très confuse également ce soir, mais juste te dire que je comprends au-delà de la rupture le fait de s etre donné à 100%, d avoir accepté tellement, si longtemps et tout pour. . En prendre plein la tronche c est étouffant de douleur, de culpabilité des fois aussi, de colère, de tout moi je n ai pas réussi à rompre alors je voulais te dire bravo et prend soin de toi.
