ALCOOL-INFO

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

APRÈS LA SÉPARATION, COMPORTEMENT INDIGNE

Par imovane Posté le 19/01/2020 à 08h06

Bonjour,

J'ai écris un premier message racontant que j'avais fuis mon domicile après que mon compagnon alcoolique m'ait hurlé dessus, la goutte d'eau après deux semaines sans dormir à le ramasser ivre mort par terre, j'avais toujours peur qu'il s'ouvre le crâne dans ses chutes comme c'était déjà arrivé auparavant,

J'avais alors fait le choix de le quitter, il a d'abord dit qu'il allait se suicider, puis il a joué ou non l'homme malheureux devant ses parents en me disant qu'il m'aimait comme un fou et que je ne revenais pas, il allait se laisser couler.
Puis, plus tard, des phrases ont fusé : "il est hors de question qu'on se remette ensemble" ou " tu te rends compte, j'ai failli m'égorger à cause de toi" , "tu as fait beaucoup de mal a ma famille, mes parents t'en veulent beaucoup, surtout ma mère".
Pas de bol pour lui, j'ai eu un message de sa maman disant que j'avais été une belle-fille adorable et qu'elle me souhaitait plein de bonheur à venir et de ne surtout rien lui dire.

Puis maintenant on est arrivé au stade de la haine, il a été voir une copine à moi sur Facebook dans le seul but de m'humilier, il lui a dit qu'il avait trouvé quelqu'un d'autre (à peine 1 mois après notre rupture ..) géniale car l'opposé de moi qui suit [...la liste assez longue de défauts ...], qu'il avait gâché 10 ans de sa vie avec moi, que je l'avais lâché dans un moment difficile pour lui, que j'avais fait du mal à ses parents par mon comportement, que j'étais dans la manipulation ...

Et la phrase la plus flippante " si ça ne tenait qu'à moi, je lui porterais le coup de grâce, mais comme je suis un gentil, je ne ferais rien".
Au delà de l'incohérence de la phrase, elle me fait surtout peur, qu'est-ce que c'est le "coup de grâce" ? destruction psychologique ? atteinte physique ? Tout est imaginable

Il joue sur le fait qu'il possède la voiture qu'on doit vendre pour avoir de l'emprise sur moi, à chaque SMS qu'il m'envoie, il est menaçant, il me dit qu'il ne veut pas que je réponde, que j'attends et que c'est comme ça, il impose et décide de tout.

Aujourd'hui, je suis la victime bien malheureuse d'un fou alcoolique que j'ai quitté car je ne voyais plus quoi faire pour l'aider et qui me grignotait, m'épuisait psychologiquement.
J'ai dû quitté l'appartement, l'animal de compagnie, j'ai l'impression d'avoir tout perdu et lui montre qu'il a la belle vie avec sa nouvelle compagne, c'est douloureux .

Je n'écris pas ce message pour décourager les femmes qui sont tentées de quitter leur compagnon, je sais aujourd'hui plus que jamais que j'ai pris la bonne décision, qu'il m'aurait rendue toujours plus malheureuse et que dans sa folie, il aurait pu en venir aux mains.
J'écris pour me soulager, pour voir le chemin parcouru, mais cela va prendre du temps de se retrouver et de refaire confiance à un futur compagnon.
J'écris aussi pour laisser une trace, il est devenu méconnaissable, je ne sais plus de quoi il est capable.

Bon courage à tous.tes.

2 RÉPONSES

Québécoise - 20/01/2020 à 12h29

Bonjour imovane,

J’ai lu ton message, je te felicite d’etre partie . Dis merci que ca aille si mal tourner pour ne pas etre rester plus longtemps. Le cerveau cherche le plaisir et eviter la douleur . La c’etait clairement plus de douleur que de plaisir .

Si je Peux me permettre , le temps va refermer tes blessure. « Ne sois pas sa victime » meme en pensés. Les autres hommes ne sont pas lui. C’est lui qui a dérapé. Maintenant il a l’air bien avec sa nouvelle copine . C’est arrivé avec mon ex mari, il en est a sa 5iem conjointe et 3 iem mere avec qui , il fait des enfants. Les autres qui m’ont communiquer et qui sont parties m’ont dis qu’elle ont vecu l’enfer aussi.

Toi , tu es libébrer les pervers narcissique change rarement ils ameliore leur manipulation d’une conjoint(te) a l’autre.

Ne sois pas sa victime , reste neutre qd tu lui parle . La victime attire le comportement du bourreau. Et vice-versa. Va voir sur youtube les video sur les pervers-narcissique et les manipulateurs . Ca m’a aider .... moi aussi j’ai payé la voiture et les carte de crédits qu’il avait

rempli , lolll . C’est du passé , mais ca ete un apprentissage . Maintenant je ne donne pas n’importe comment a ceux qui ne sont pas respectueux . L’important c’est d’avoir appris
Courage la liberté est devant
X

---

imovane - 21/01/2020 à 19h56

Bonjour Québécoise,

Je viens de voir ton message, je te remercie pour la justesse de tes mots, on ressent le vécu, tes phrases me parlent beaucoup.
Je regarderai des vidéos sur les pervers narcissiques.

Je te souhaite une bonne soirée et bon courage à toi également.