

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

J'AI QUITTÉ MON COPAIN

Par [Marine](#) Posté le 19/12/2020 à 13h15

Bonjour,

J'ai quitté mon copain parce qu'il buvait, ça faisait 3 ans que l'on était ensemble. Il a pourtant diminué au fil du temps mais je n'arrivais pas à avoir confiance en l'avenir.

J'ai un passif lourd avec l'alcool mon père était alcoolique et il est mort il y a deux ans.

Il me dit que je ne l'ai pas assez soutenu, que je ne voyais pas ses efforts, que je l'enfonçais, et je remet en doute mon choix de l'avoir quitter. Je ne sais plus quoi penser, je me doute bien que je n'étais pas assez soutenante envers lui par rapport à mon passé, je suis rattachée à une image que ça ne s'arrange pas forcément. Pour moi il faudrait qu'il arrête complètement.

Je me demande si je n'ai pas été aussi toxique pour lui au final, je ne sais plus et là c'est lui qui ne veut plus revenir.

Je ne sais plus ce qui est bon pour moi. Si j'ai eu tort ou non.

1 RÉPONSE

[Zazaaaa](#) - 09/01/2021 à 21h26

Bonjour Marine

Je lis ton message et je vois que tu n'as pas eu de réponses. Alors je voudrais t'apporter mon soutien.

Je suis depuis 2 ans avec un homme alcoolique de 35 ans. Il diminue énormément mais boit encore et surtout il "vrille" très vite : parano, insultes, incohérences...même après 2 bières, je ne sais pas si c'est le mélange alcool/médicaments (il prend des anti dépresseurs) mais ça tourne plus rond. Il a beaucoup de haine et de violence en lui alors que sobre c'est quelqu'un d'adorable. De quoi me déstabiliser complètement....

Bref, pendant nos disputes, il va dire aussi que c'est moi qui l'enfonce et que je ne remarque pas ses efforts... je voudrais te dire de ne pas culpabiliser. C'est difficile...moi aussi j'ai l'impression d'avoir été toxique pour lui mais en réalité c'est lui qui s'intoxique tout seul. On réagit aussi comme on peut...

Pourquoi on trouverait des circonstances atténuantes aux alcooliques qui partagent notre vie et pas à nous qui avons aussi des blessures...

Je te souhaite une bonne continuation
