

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

POURQUOI N'AI-JE PAS LE COURAGE DE PARTIR ?

Par [DearFriend](#) Posté le 31/05/2023 à 09h16

Bonjour à tous,

Je n'ai pas de question particulière, juste besoin de parler, d'extérioriser, sans jugement.

Comme chacun d'entre vous ici j'ai un problème avec les addictions d'un proche (mon conjoint). Alcool + cannabis + probablement autre chose même s'il le nie Je vous épargnerai les détails parce que ça serait trop long, et de toute façon je pense que vous vivez exactement la même chose.

C'est dur... cela fait 5 ans que nous sommes en couple. Je ne m'en suis rendue compte qu'une fois la vie commune engagée. Il s'est éloigné une première fois pour se soigner, mais ça a recommencé. Ensuite je suis partie plusieurs semaines, avec à la clé toujours des milliers de promesses, mais à peine revenue ça a recommencé. Récemment encore j'avais pris toutes mes affaires, trouvé un nouvel appartement, on y était presque. Et pourtant je suis revenue. Pourquoi ???

Je m'en veux tellement de pas tenir mes engagements. Et je lui en veux tellement de me faire vivre ça. Cet homme-là je l'aime, j'ai le sentiment de l'avoir dans la peau. Pourtant le quotidien est difficile. Il est déjà difficile à vivre, mais sous substances il a des accès de colère terribles. J'ai beau sortir, faire du vélo, aller me détendre, boire des tisanes pour lâcher-prise, renifler des huiles essentielles contre le stress, aller voir une psy... je sais plus quoi faire pour essayer de penser à autre chose.

Le problème c'est que quand il boit je le vois tout de suite : son regard, son visage, sa façon de parler. Tout change et ça provoque en moi un sentiment de... je sais pas comment l'expliquer. De colère, de frustration. Je me force à ne pas réagir, à m'isoler. Seulement la plupart du temps il vient me chercher là où je m'isole et me provoque, car il veut que je réagisse. Combien de fois je suis partie à l'hôtel, ou dormi dans la voiture ?

Même avec des conséquences judiciaires il est toujours dans le déni. Il trouve toutes les excuses du monde pour excuser sa consommation d'alcool et du reste. C'est toujours la faute des autres. Pourtant je sais qu'il buvait déjà bien avant de me connaître et qu'il me l'avait caché. mais non, selon lui c'est ma faute. Et pourtant quand je pars il me demande de revenir.

Et moi, comme une idiote, je reviens parce que j'espère toujours que cette fois ça sera la bonne. Qu'il va enfin prendre conscience des choses. Parce que sans alcool on vit de belles choses ! On a fait plein de choses ensemble, il m'a fait dépasser mes limites. Mais non, et à peine revenue je recommence à chercher des appartements. J'avais pourtant l'impression d'être une femme forte, une femme avec un caractère très affirmé, alors pourquoi je reviens toujours ?

Je suis tellement dans le flou, je ne sais plus quoi penser, ni ce que je dois faire. J'ai l'impression de devenir un légume : j'attends que le temps passe, incapable de prendre la moindre décision. En ce moment je fais ça : je m'occupe que de moi, et j'attends que le temps m'apporte une solution. C'est lâche je sais.

Merci de m'avoir écoutée...

3 RÉPONSES

[Force2Courage](#) - 02/06/2023 à 13h55

Bonjour,
Soyez douce et indulgente avec vous-même. Vous n'êtes pas lâche!!! Vous n'êtes seulement pas prête, vous n'avez pas atteint vos limites, il y a encore une étincelle de force en vous qui vous pousse à essayer encore...
Avez-vous travaillé avec votre psy sur le pourquoi? Pourquoi vous restez? Votre couple, aussi dysfonctionnel soit-il, nourrit quelque chose en vous, votre couple vous donne l'impression de combler un besoin. Lequel? Et est-ce la seule manière de combler ce besoin? Si vous comprenez pourquoi vous restez, vous aurez alors également les clés pour partir quand vous serez prête.
Bon courage et surtout gardez à l'esprit vous êtes une belle personne, forte et pleine d'amour. Apprenez à prendre de cet amour pour vous-même, vous le méritez!

[DearFriend](#) - 03/06/2023 à 07h52

Merci pour votre réponse bienveillante

[angeleb81](#) - 07/06/2023 à 07h18

Bonjour,
Je suis entièrement d'accord avec force2courage. Prenez soin de vous, ce n est pas un manque de courage que de choisir de rester.
Bien au contraire, vous êtes forte et vous entrez dans une lutte qui n est pas la vôtre au final mais la sienne.
Après quel choix faire? c est à vous de peser le pour et le contre. Si rechercher des appartements vous fait du bien, faites le ! Moi même
je me suis mis des alertes sur des sites de location ou achat de maison, c est une sorte d'echappatoire à cette maladie qui vous prend
votre oxygène.
Il n'y a aucun mal dans cela. Parlez en aussi et regardez les fils de discussion, on est beaucoup dans cette fameuse attente...
A bientôt.
