

Message d'une Amie

 **Sylvia – jeudi, 23h10**

Bonsoir Élyse,

Désolée d'avoir pris tant de temps à te répondre, mais je me suis sentie un peu mal à l'aise en lisant ton message. Je suis sensible à ton inquiétude pour moi, mais je pense que je t'ai donné une mauvaise impression de Paul et de ma relation avec lui. Je ne voudrais pas que tu penses du mal de mon mari.

Nous avons beaucoup discuté lui et moi. Il m'a même offert des fleurs pour s'excuser. C'est juste parce qu'il avait passé une mauvaise journée. Je n'ai pas choisi le bon moment pour lui parler. Toute la semaine, il a été aux petits soins. Comme je m'étais foulé la cheville en tombant, il a demandé à sa mère de venir s'occuper de Samuel. Si tu le voyais, il est plus attentionné que jamais.

Finalement, j'ai décidé de refuser le poste. Ce n'est peut-être pas une mauvaise chose d'avoir un autre enfant. J'avais juste abandonné l'idée. Si Paul est prêt maintenant, je devrais m'en réjouir. En plus, en congé de maternité je pourrai aider Paul pour sa comptabilité et j'aurai plus de temps pour Samuel. C'est notre décision de couple et tout va très bien Élyse. Ne t'inquiète pas, c'était juste une mauvaise journée.

Élyse – mardi, 12h05 

Bonjour Sylvia. Comment vas-tu? As-tu reçu l'invitation du collège pour la soirée retrouvailles?

 **Sylvia – mardi, 12h07**

Ça va et toi?

Oui, l'invitation pour les retrouvailles est arrivée chez ma mère hier et elle est venue me l'apporter à la maison.

Élyse – mardi, 12h10 

J'aimerais beaucoup qu'on y aille ensemble. Ça nous rappellerait tous les bons moments de notre jeunesse ! Revoir nos vieux amis et sortir du quotidien, ce serait amusant qu'en penses-tu? On pourrait aller magasiner notre robe du soir jeudi! ☺

 **Sylvia – mardi, 12h13**

Comme toi, je suis heureuse de cette occasion de revoir mes amies de collègue, mais j'hésite à dépenser pour une robe de soirée. On s'en reparle d'accord?

Élyse – mardi, 12h17 

J'attends de tes nouvelles alors. P.S. : Tant mieux si je me suis inquiétée pour rien. J'espère que tu ne m'en veux pas.

 **Sylvia – jeudi, 23h10**

Bonsoir Élyse,

Maman est passée à la maison pour savoir ce que j'avais décidé pour la soirée retrouvailles. Elle m'a dit : « Ça va te faire du bien de sortir pour une fois! » Paul n'a rien dit, mais il est sorti en claquant la porte. Nous avons eu une terrible dispute après le départ de ma mère. Ensuite, il s'est excusé d'avoir crié une fois de plus et de m'avoir fait pleurer en brisant mon vase préféré. Il pensait que je m'étais plainte à maman de ne pas sortir. Je ne ferais jamais ça! C'est déjà l'enfer lorsqu'ils se voient tous les deux et c'est toujours moi qui se retrouve prise entre l'arbre et l'écorce. Je ne pense pas que maman voulait mal faire et je ne lui parlerai pas de la chicane pour ne pas l'inquiéter, mais je vais lui dire de faire plus attention à ses paroles.

J'espère juste que Samuel n'a rien entendu. Il jouait dans sa chambre quand on s'est disputé. Il est si sensible mon petit garçon. Je ne veux pas qu'il ait peur que nous divorçons comme les parents de son ami. Tous les couples se chicanent. Comme dit ma belle-mère : « Les gens se séparent pour un rien de nos jours. Il faut mettre de l'eau dans son vin pour qu'un couple dure. » Mais j'avoue que j'ai parfois l'impression d'être la seule à mettre de l'eau dans mon vin. Quand Paul explose, il s'excuse et s'en veut. Il peut être si gentil parfois... Mais ses bonnes intentions durent de moins en moins longtemps et tout est à recommencer. Je me sens découragée, mais ça me fait du bien de pouvoir en parler avec toi. Je vais essayer de me libérer pour passer te voir. À bientôt! Sylvia

P.S. : Je ne t'en veux pas du tout. Mais ne t'inquiète pas, je serai vigilante.

Élyse – mardi, 12h10 

Sylvia, je suis si triste de voir que la vie quotidienne est plus en plus lourde pour toi. Tu parles de disputes répétées et de découragement. Paul te fait vivre beaucoup de pression, non? On dirait que tu dois toujours faire les choses à sa manière pour ne pas qu'il s'énervé, cuisiner les plats de sa mère et éviter la tienne alors que lui décide du budget, du moment d'avoir un autre enfant ou de refuser une promotion. Et toi là-dedans? Je vois les efforts que tu es prête à mettre dans ton couple Sylvia, mais à quel prix?

L'autre jour, j'ai tapé « chicane de couple » dans mon moteur de recherche et je suis tombée sur une publication très intéressante qui explique la différence entre une chicane de couple et la violence conjugale. Je te vois déjà sursauter mais, avant de dire que ça ne te concerne pas, prends le temps d'y jeter un œil s'il te plaît. Je t'ai mis le lien vers la brochure « Brisez le silence ». On y trouve des indications qui permettent de différencier un conflit d'une tentative de contrôler l'autre et des informations sur le cycle de la violence.

Personnellement, j'ai été bouleversée de voir tant de points communs avec ton histoire. Le climat de tension que tu ressens et qui te rend anxieuse, l'agression verbale ou physique lorsqu'il explose, ses justifications et toutes les excuses qui te font sentir coupable d'avoir soit disant provoqué sa colère ou qui l'expliquent par des raisons extérieures à lui, et enfin ses cadeaux, ses attentions qui te donnent l'espoir que ça change. Je te comprends d'espérer, mais, comme tu me l'as écrit, ses bonnes résolutions durent de moins en moins longtemps.

Sylvia, je ne veux pas te dicter ta conduite, mais tu mérites une vie sans violence. Je suis ton amie et je serai toujours là pour toi. Tu n'es pas seule.