

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### PEUR DE LUI ANNONCER LA RUPTURE

---

Par [Cabdr](#) Posté le 11/06/2019 à 19h52

Bonsoir,  
Mon conjoint est alcoolique et je crois dépressif.  
Cela fait 2 ans que je le vois sombrer et que j'ai pris conscience que son penchant pour l'alcool était devenu un alcoolisme chronique. Aidée par un de ses frères, nous avons tenté de le faire réagir sans le culpabiliser, mais il reste dans le déni. Je me fais accompagner par un thérapeute spécialisé dans un service départemental dédié aux addictions et lui ai proposé de venir, encore un refus. Aujourd'hui, j'ai usé toute mon énergie, et même s'il arrêta de boire du jour au lendemain, l'envie de sauver notre famille s'est évaporée. Je veux et j'ai décidé de lui annoncer notre séparation mais je n'y arrive pas.  
J'ai peur de sa réaction envers lui-même et envers moi, de ses mots, de sa réaction vis à vis de nos enfants en début d'adolescence. Je n'ai pas l'intention de l'accabler, ni de justifier ma décision par son pb d'alcool. Je me contenterai de lui dire que la vie que nous avons ne me convient plus, et que je ne suis pas heureuse.  
Je sais qu'il fait des efforts mais je ne tiens plus. Je vais finir par le haïr et dire des choses que je vais regretter. Ma décision est prise et elle me ronge! Et mon entourage n'est pas d'un grand secours dans cette situation, je les trouve même particulièrement maladroits. Quelqu'un est-il passé par là? Avez vous des conseils à me donner pour apaiser son chagrin, sa colère ou que sais je, au moment de l'annonce?  
Merci et bonne soirée.