

## MON HISTOIRE QUI CONDUIT À LA RUPTURE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 20/07/2019 à 12h50

Bonjour à tous,

Je vais poster ma (longue) histoire sur les plusieurs forums (alcooliques et co dépendant) car je souhaiterais avoir des retours « des 2 côtés de la barrière » et de personnes multiples

Je suis donc malade alcooliques, 46 ans, marié (mais peut-être pas pour longtemps, j'y reviendrai, père de 2 enfants de 8 et 11 ans. J'ai rencontré ma femme au lycée et le coup de foudre (pour moi) a été immédiat : même si cela a pris un peu de temps, nous sommes ensemble depuis presque 28 ans et marié depuis 19ans.

Durant cette période, nous avons vécu des moments extraordinaires, de bonheur et d'expériences (3 ans d'expatriation aux USA). Puis, l'alcool qui avait toujours été présent depuis mes 20 ans mais de manières festives et irrégulières, s'est installé dans ma vie, je dirais depuis environ 14 ans. Au début maîtrisé, recherchant une douce ivresse, il est devenu petit à petit ma maitresse, buvant avant de rentrer du travail, cachant des bouteilles pour s'assurer d'en avoir « au cas où » et je suis devenu son esclave.

Après la naissance de nos enfants, la situation s'est détériorée progressivement. Mon épouse réalisant la situation, j'ai commencé à me « soigner » il y a environ 12 ans au travers d'un centre d'addictologie (en ambulatoire). Avec le recul, je pensais alors être sorti du déni, mais c'était certainement plutôt pour m'acheter une bonne conscience.

Bref, mon alcoolisation progresse tranquillement, je change de psychiatre pour tester de nouveaux (baclophène, mais je crois que j'ai dû tous les tester)

Ma femme reste pendant ce temps dans son soutien, tentant l'apitoiement, les discussions sur mon comportement et les risques (santé et familiales) que cela représente, la tendresse, l'écoute .... Bref une sorte d'abnégation dans l'espoir de (nous) sauver.

Mais malgré tous ses efforts (que lui reconnais maintenant) tout s'accélère ces 2 dernières années :

- Alcoolisation quotidienne de plus en plus importante (avec tout ce que cela comporte, oubli de nos discussions de la veille, absence morale, endormissement à 8H00 sur la canapé, désorganisation de la vie familiale ...)
- Un mini burn-out qui me laisse seul à la maison (et la possibilité
- Une première alerte concrète l'été dernier avec 4 jours de chambre à part après plusieurs jours d'alcoolisation marquée
- Puis nouvel épisode dépressif (avec menace de suicide) qui la conduit à mettre en place ma première cure (que j'accepte en étant volontaire).

Je ressors plein de confiance (mon psy parlerait de certitude), 2 mois d'abstinence (avec quand même de son côté une certaine pression pour que je devienne « un homme parfait ») et un nouveau boulot.

Et puis, rechute progressive en fin d'année dernière .... Pourquoi ? Je ne sais pas vraiment, le stress d'un nouveau boulot, la reprise de la vie familiale avec ses réalités quotidiennes, l'envie de retester ....

Bref, tout cela conduit à des menaces de séparation (temporaire) en Janvier, une semaine d'abstinence (dure physiquement), puis alcoolisation quotidienne, de plus en plus tôt et importante, des problèmes de stress lié au travail (en journée, je bois et la nuit je pense au travail) qui conduit à une rupture de ma période d'essai.

Un bon mois à la maison qui plutôt que de m'aider à me reconstruire me détruit par culpabilité d'avoir échoué qui me conduit à l'épisode « choc » :

- 3 jours d'alcoolisation 24/24
- 1 BBQ avec les voisins où je me pointe avec 3 heures de retard et défoncé
- 1 accrochage en voiture (sur un panneau de signalisation) alors que je ramène ma fille et une copine de la piscine. Me sentant coupable et paniqué, je demande à ma fille alors de mentir et de ne pas en parler à maman
- Et le Mercredi, une chute avec ma fille présente qui m'assoit dans le canapé en attendant l'arrivée de Maman. Résultat : appelle des pompiers, luxation de l'épaule, urgences .....

Et puis, passage des urgences au service hépato (ma femme ne se sentait pas capable de me garder à la maison) 5j pour sevrage et retour direct en clinique pour une nouvelle cure (où je me trouve encore).

L'histoire ne se termine pas là :

- Je recommence mon travail de sevrage et psy pour avancer sur les causes profondes
- Je sens ma femme plus distante (moins d'appels, peu de visites)
- Tous les plans de vacances forcément remis en question

Et l'apothéose, le coup de massue : ma femme m'annonce qu'elle me quitte et qu'elle veut qu'on se sépare à la rentrée .....

Elle est au bout du rouleau, prête à craquer (et on a quand même 2 enfants), elle doit se protéger et protéger nos enfants de moi. Elle ne supporte plus mes mensonges sur mes alcoolisations

Je précise à ce stade que je n'ai jamais violent (j'ai pris quelques baffes mais jamais répliqué) et toujours gentil et agréable avec les enfants .....

On continue tout de même de communiquer régulièrement et m'explique sa vie de ces dernières années. La bulle protectrice de l'alcool éclate et je me retrouve face à la réalité : toutes ses initiatives, mains tendues que je n'ai pas su saisir, vie gâché, enfants délaissés .... Bref, de belles claques qui font mal mais me permettent de réaliser la « véritable » situation, et le gâchi que j'ai provoqué...

En résumé :

- Je suis en clinique
- Ma femme me quitte et je dois me trouver un appart à la rentrée
- J'ai perdu des années de complicité avec mes enfants
- Je vais pointer au chômage

Pour être Franc, j'ai du mal à accepter cette situation et la vit mal : je suis toujours amoureux de ma femme et souhaite qu'on puisse se réconcilier, et je ne sais pas trop comment recréer du lien avec mes enfants (pour le travail ça passe au second plan...).

Ma femme a une forte personnalité et même si j'espère le contraire ne reviendra pas sur sa décision : même si on ne parle pas de divorce, il ne s'agit pas pour elle d'une rupture temporaire de quelques mois. Elle a perdu confiance en moi, et ne se voit pas me confier

les enfants pour le moment. Elle me dit aussi ne plus m'aimer (même si elle reste inquiète pour moi), que quelque chose s'est cassé ..... Et moi, je reste quelque part dans le déni en imaginant que tout va s'arranger à plus ou moins long terme. Tout s'écroule brutalement, je n'ai plus aucun repère et ne me projette que dans l'incertitude....

Il y aurait encore beaucoup de choses à raconter mais pour une introduction, ça me semble déjà pas mal

## 1 RÉPONSE

---

**Profil supprimé - 07/08/2019 à 14h38**

Bonjour,

je remonte un peu mon post.

Je suis sorti de cure le 30/07 et j'ai passé les 3 mois d'abstinence (un peu forcé, mais bon ...).

Après ma sortie, j'ai retrouvé ma maison et mon épouse (ainsi que mon canapé pour dormir ....): l'accueil a été glacial, les premières soirées en tête à tête pas évidentes avec des discussions qui tournent en rond (elle ferme sur sa position, moi cherchant à renouer).

On a récupéré les enfants, ça a apaisé un peu la tension: des sourires, des blagues, j'ai retrouvé une certaine complicité avec mes enfants, bref presque une vie normale (sauf que je dors dans le canapé ...).

J'ai aussi pris mes enfants à part, et j'ai voulu rediscuter avec eux de mon départ en ambulance, s'ils avaient eu peur, inquiétude .... on a discuté de mon comportement ces derniers mois, je leurs ai présenté mes excuses et demander de me pardonner: pardon accepter ! Mon fils m'a demandé s'ils pouvaient m'aider, je leurs ai dit que non, que seul moi pouvait faire quelque chose mais je les remerciât mais j'étais le seul responsable et capable de guérir. Mon fils a ajouté "j'ai confiance en toi".

Avec mon épouse, pas d'amélioration: ce que j'ai pris pour des éléments positifs, ne l'était pas et elle n'a absolument pas changé de position.

Elle ne m'aime plus et n'a plus d'attirance pour moi, elle veut qu'on se sépare, pas de break. Dans le même temps, elle ne parle toujours pas de divorce, n'a pas engagé de procédure, et on s'est mis d'accord pour que je continue financièrement à aider la famille. Elle me dit aussi que c'est dur pour elle, qu'elle ne cherche à me faire du mal, que je suis quelqu'un d'exceptionnel.

Bref, Lundi elle est partie en vacances avec les enfants, moi je suis parti de mon côté chez mes parents au bord de la mer, leurs annoncer la nouvelle, et j'ai aussi tout déballé concernant mon alcoolisme dans les moindres détails.

Je vis toujours dans la déprime, alternant les moments positifs de réconciliation futur, de réalisme sous forme de divorce.

Mais ça fait une semaine que je suis sorti de la cure, et pas de rechute: j'ai bien eu quelques envies, mais je me rapelle dans ce cas les paroles de mon fils...

Bon courage à tous

---