© Drogues Info Service - 3 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Je crois que mon compagnon est dépressif et alcoolique

Par Profil supprimé Posté le 15/07/2014 à 08h43

Bonjour à tous,

{{Je viens sur ce forum}} car je suis en train de prendre conscience de la gravité de la situation. J'imagine que des messages comme le mien, il y en a par milliers, mais j'ai besoin de poser les mots, et je n'ose pas en parler autour de moi.

{{Mon compagnon a 29 ans}}, j'en ai 25, et cela fait bientot 8 ans que l'ont est ensemble. Il a toujours beaucoup bun quand je l'ai rencontré, il tremblait parfois le matin. C'est très vite passé, je m'en rappelle à peine, c'était plutot moi qui avais des soucis (boulimie, héroïne, cannabis), j'ai pu les régler grace à l'amour que je lui portais. J'ai vu un docteur, j'ai encore un traitement de substitution mais c'est tranquille, je bosse etc..En revanche, mon compagnon ne se stabilise pas. Il est à son compte et galère, il boit en bossant et fume clope sur clope du matin jusqu'au soir. Il y a toujours plusieurs bouteilles dans son coin "boulot" et un bordel pas possible. Mais pour les bouteilles, c'est un peu par périodes, enfin ça l'était.. A ma fete d'intégration avec les collègues (c'était l'occaz pour moi de rencontrer les nouvelles collègues) il s'est cuité et le retour à pied a été dur. Il y a eu tant de fois comme ça... Il est parfois arrivé que, en soirée, des mecs voyant que le mien était ivre mort en profitent pour me faire chier devant lui, sans qu'il puisse réagir (la sécurité a débarqué). Combien de fois c'est arrivé.. Je ne compte plus. Cette nui, soirée avec ses potes (qui sont aussi les miens et savent se controler) : il a bu 3 pichet de vin au resto avec moi avant qu'on retrouve ses potes, ils ont tout de suite vu qu'il était perché. Puis vers 3h du mat, il est tombé à la renverse (heureusement on était chez son pote) et il a vomi, j'ai du mettre mes main en bol pour pas trop salire, j'ai du le défroquer avec l'aide d'un autre pote, etc.. Combien de fois je l'ai vu comme ça : puant l'alcool et le vomi, une dégaine de clochard, une violence verbale inhabituelle.. Cette nuit, il s'est énervé contre moi car je ne voulais as traversé la route, il est resté planté au milieu de la route et je lui criais de se mettre se le trottoir, il me disait "viens là" sur un ton que je n'entends que quand il est dans cet état. ET une voiture est arrivé et l'a frolé en klaxonnant, j'ai eu si peur. J'ai du rentrer à 6 h du matin sans lui (car inerte), à la base je voulais rentrer à 2h du mat au plus tard. Je ne suis restée que pour l'assister, mais il fallait que je rentre pour nourrir les chats (non sans culpabiliser). Ses potes m'ont confirmé qu'il buvait un café là (16h30 le lendemain). Combien de fois je me suis retrouvée seule avec ses potes pendant qu'il décuvais allongé ? Ce qui fait que ce sont devenus mes potes aussi. Je précise que mon mec est le seul à se mettre dans de tels états. Je commence à avoir une image de lui parfois pathétique. Je lui trouve parfois un coté maso (et je lui ai dit).

{{Je fais le point :}} il boit pendant qu'il bosse et il bosse du matin au soir, ou plutot de l'après-midi au petit matin, pour un salaire miséreux il faut bien le dire. Je lui dépanne des sous, sans espoir qu'il veuille changer de taf (il se couche très tard, entre 1h et 6h du matin, donc on se croise au lit). Il est de caractère dépressif (un peu comme moi), mais est dans la fatalité : "mes frères sont comme moi, dans la famille on est tous alcoolique", c'est ses origines nordiques, etc.... Il fume clope sur clope, parfois des joints (moi j'en fume aussi mais 1 par jour et que le soir avant le dodo). Et surtout, ce qui me choque le plus : dès la première goutte

d'alcool ingurgité, le processus est en marche et il ne sarrêtera que quand il tombera par terre.

{{Aujourdhui,}} ou demain, il va falloir que je lui dise ce que je subis à cause de ses excès. Gentillement. Mais je l'aime tellement... Je ne pourrai jamais l'abandonner, je crois que je suis capable de ma gacher la vie pour lui. Inconsciemment, j'ai toujours eu des mecs à problèmes.. Sans doute que je cherchais pire que moi pour me rassurer, et j'aime aider les autres. Mon problème, c'est que je l'aime, sinon il serait très facile pour moi de le quitter. La question est, jusqu'à quel point puis-je supporter cela sans retomber moi même en dépression ?

{{Je sais qu'il est un peu}} marginal mais il est très intelligent, et sensible. Il ne trouve pas sa place dans ce monde et s'isole beaucoup. J'ai le sentiment que dès qu'il y a un contact social, surtant quand y a du monde (et meme avec ses potes), il se bourre la gueule automatiquement. A la maison, je vois bien des bouteilles vides dans son coin boulot, mais je ne le vois jamais bourré.. J'ai peur de réagir trop tard.

{{La, j'imagine}} qu'il doit être mal(encore chez son pote), il va rentrer mais je ne sais pas quand. Je vais le laisser tranquille le temps qu'il se rétablisse.

{{Pour ceux qui auront lu ce message}}, je les en remercie. Je n'attends pas de solution miracle, il n'y en a pas. Mais partager les expériences, pourquoi pas ? En tout cas, ça m'a fait du bien de m'épancher.

A bientot.

1 réponse

Profil supprimé - 03/09/2014 à 10h03

Bonjour Linette,

Vous n'avez pas eu de réponses à votre message mais c'est vrai que c'était surtout un témoignage de ce qui vous arrive et j'imagine que le fait de l'avoir écrit vous a déjà fait du bien. Sachez que notre autre site [www.alcool-info-service.fr->http://www.alcool-info-service.fr] a aussi des forums et que comme il s'agit d'alcool, votre message y aurait peut-être un peu plus d'écho.

La remarque que je ferais c'est que vous parlez bien de sa perte de contrôle et que oui, il est très probablement alcoolique. Vous vous posez à juste titre la question de là où cela risque de vous emmener vous, sachant que vous ne semblez pas vous poser de limite quant au fait de rester avec lui. Il a de la chance de vous avoir. Mais pour ne pas vous laisser emporter dans une spirale auto-destructrice avec lui, j'espère que vous pouvez compter sur un bon soutien psycho-thérapeutique (à côté de vos réussites professionnelles et de vote stabilisation par la substitution) qui vous aide à tenir bon.

Enfin, je ne comprends pas bien si vous restez au stade du constat de ce qui se passe où si vous essayez tout de même de l'inciter à moins boire voire d'arrêter et de se faire aider ? Il faut pouvoir poser le problème avec lui pour espérer qu'un jour il lui trouve des solutions. En tout cas, même s'il y a un atavisme familial au fait qu'il boive, il n'y a rien d'inéluctable et cela ne doit pas être une excuse pour ne rien faire et continuer ainsi.

Bon courage pour la suite !

Cordialement,

le modérateur.