© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Alcool et coc

Par Profil supprimé Posté le 14/09/2020 à 18h07

Bonjour à tous,

Je suis en couple avec le même homme depuis 3 ans. Quand je l'ai rencontré, il ne prenait pas de drogue. Il buvait pas mal en soirée, mais ça s'arrêtait là, je n'avais pas d'inquiétude. Il travaillait beaucoup, il était gentil, très aimant, on s'était vraiment trouvé tous les deux, on était très fusionnels, même si tellement différents.

Puis l'alcool est devenu source de problème, il lui fallait sa dose tous les soirs et de plus en plus, en moyenne 6 verres de vodka par soir. Cette période de quelques mois a été très dure, mais il a fini par ralentir et se calmer sérieusement sur l'alcool, toujours avec des rechutes.

Entre temps, il a pris de la drogue dans une soirée chez un ami proche, ce n'était pas la première fois pour lui mais la première fois depuis que nous étions ensemble donc au bout d'un an et demi de relation. Sur le moment ça ne m'a pas dérangé, le côté occasionnel de cette consommation était tout à fait plausible.
Sauf que quelques mois après, il a repris de la coc avec sa cousine qui était complètement accro et les mensonges ont commencé à ce moment-là. De son point de vue, il me ment pour ne pas me décevoir...

Cette prise de drogue avec sa cousine marque le début de la descente aux enfers pour lui et pour moi aussi. Il n'a pas cessé d'en prendre après, tous les mois, puis plusieurs fois par mois, puis plusieurs fois par semaine. J'ai tenu une sorte de calendrier pour avoir un oeil sur ses consommations sans lui dire et il n'avait même pas l'air de se rendre compte qu'il en prenait autant. Il me disait qu'il arrêtait quand il voulait.
N'habitant pas avec lui à ce moment-là, il attendait que je sois absente et ne m'en parlait juste pas selon ses propos, sauf qu'il y avait toujours qqn pour le balancer et j'ai appris à repérer les signes indiquant qu'il avait repris de la drogue.
Cette période coïncide avec des difficultés au travail, ça "l'aidait" à surmonter son stress, sa consommation d'alcool étant aussi repartie à la hausse... il a essayé d'arrêter à ce moment-là et s'en est suivi une longue dépression, très difficile à gérer, j'étais seule, personne de sa famille ou de ses amis n'étaient là. Il a dû arrêter alcool et coc d'un seul coup, ça a été violent pour nous deux, mais il a remonté la pente et Il a rechuté plusieurs fois depuis le début de l'année 2020, j'ai tout essayé pour l'aider, l'écouter, le comprendre, ne pas l'engueuler, ne pas le juger, lui proposer de l'aide par des professionnels, il y a aussi eu des ultimatums et des disputes très violentes. Souvent c'est une consommation excessive d'alcool qui le fait replonger dans la coc.

Actuellement toutes ses rechutes sont plus ou moins liées à sa soeur. Elle est alcoolique, elle le sait et ne fait rien pour changer les choses. Mon chéri a toujours eu conscience qu'elle le tirait vers le bas (je reprends ses propres mots) et dans des moments de lucidité, il fait ce qu'il peut pour rester loin d'elle, mais ça reste sa soeur et il finit par la revoir...
Comme toujours, elle lui propose de l'alcool, lui se dit qu'il va s'en tenir à une bière et finalement il ne les compte plus ensuite et des alcools forts s'ajoutent à la soirée et ça finit toujours de la même façon il appelle son dealer et claque parfois des centaines d'euros, pour se taper des lignes avec son beau-frère, alors qu'il ne travaille plus depuis un an, autant vous dire que financièrement c'est devenu compliqué ! et c'est le même

cirque tous les weekends. Alors que la semaine tout se passe bien, il ne boit pas et ne prend pas de drogue, il est super.

Il m'a très souvent dit qu'il allait arrêter, qu'il allait changer, mais tous ses mots sont vides de sens, dans les faits il continue et pour moi ce n'est plus acceptable ou tolérable donc je l'ai quitté hier, mais c'est difficile, je l'aime toujours évidemment et je m'inquiète pour lui. Je ne peux pas faire les choses à sa place.
Financièrement, il n'a plus d'argent donc je me demande comment il va s'en sortir et je le laisse aux griffes de sa soeur qui n'a eu de cesse de le rabaisser et de le tirer vers le bas. Je vous ai passé tous les propos méchants et dégradants qu'elle a eus à son égard lors de sa dépression ou toutes les fois où elle l'a balancé quand il prenait de la drogue, comme si ça lui faisait plaisir qu'il fasse n'importe quoi.Très souvent, je gardais ses propos pour moi et le défendait face à sa soeur qui prenait soin de me dire ça quand il avait le dos tourné.
Mais j'ai l'impression de l'abandonner. Je ne sais plus quoi faire et je ne sais pas à qui parler de tout ça, je n'en peux plus.

Sa propre famille ne l'aidera pas et coincé dans cet environnement toxique il ne s'en sortira jamais... Tous ses amis sont consommateurs aussi, je n'ai personne sur qui compter. Pour sa soeur et ses amis, je suis la moralisatrice et l'emmerdeuse de service, mais avec leurs conseils à la con il aura quoi comme avenir, mise à part de boire et prendre de la drogue régulièrement?
Et je n'ai pas envie d'en parler à mon entourage, parce que j'ai honte et je ne veux pas que ma famille change de regard sur lui, même s'ils ont été très compréhensifs sur les problèmes d'alcool... d'où mon message sur ce forum, ça m'a fait du bien d'en parler déjà, même si ça ne fait pas avancer les choses.

Bref à chaque fois que j'ai un espoir, tout se casse la gueule, c'est sans fin et cette vie là, où on fait le grand huit toutes les semaines, je n'en peux plus, j'ai besoin de prendre mes distances avec lui. J'aimerais tant qu'il s'en sorte mais je perds espoir en lisant tous les messages sur ce forum.

Est-ce que qqn a réussi à s'en sortir ici ? Est-ce que c'est possible de s'en sortir ? Merci à ceux qui ont lu mon pavé et à ceux qui répondront...

5 réponses

Profil supprimé - 17/09/2020 à 12h01

Coucou,

Juste un message pour te dire que je compatis vraiment. J'ai vécu et vis plus ou moins des choses similaires avec mon copain et je n'imagine pas ta souffrance... La différence c'est que j'ai eu aussi une expérience avec la coke (dépendant journalière à laquelle j'ai mis fin)
Ce qui pourrait faire la différence si vous n'avez pas déjà essayé c'est qu'il voit un médecin addictologue (gratuit dans un Csapa, tu peux regarder si il y en a un proche de votre ville et le trainer à un rdv) voir un éducateur spécialisé, en fonction de son âge.
Dans les Csapa il y a aussi un accueil des proches où tu pourrais obtenir du soutien et parler avec des professionnels comme tu le fais ici, histoire d'avoir des témoignages de gens dont c'est le métier et de ne surtout pas rester seule avec ta douleur et ton incompréhension.
Je pense mais je ne suis pas à ta place que tu as bien fait de rompre, même si ça doit être très douloureux, attendre un changement qui ne vient pas de la part de l'autre peut l'être encore plus et tu as eu le courage de choisir une vie plus saine et dénuée de ces problématiques pour toi. L'abus de substances, sans prise de conscience, et encore pire dans le cas de ton ex, avec la complicité malveillante de sa famille, peut ne pas s'arrêter et continuer à dégringoler et chuter toujours plus bas
Du coup je réitère, essaye de le pousser à prendre rdv avec un médecin dans un Csapa, et protège toi. Toi

aussi tu dois te défaire d'une addiction, celle de votre relation et ce ne sera pas forcément plus simple (enfin je fais des suppositions, je peux tout à fait me tromper sur ce point là)

Courage, plein de positif t'attends, n'hésite pas si tu as besoin de parler

Profil supprimé - 17/09/2020 à 20h29

Un grand merci pour ta réponse Viaflie !!!!

J'avais effectivement pensé au Csapa, mais encore faut-il le traîner là-bas comme tu dis et alors là c'est une autre histoire...

Par moment, il est lucide et sait qu'il y a un souci que sa consommation est anormale. Par exemple, si les rôles étaient inversés, il trouverait ça grave que je sois là-dedans et me l'a déjà dit, mais dans son cas et de son point de vue, tout va bien, il gère !
Evidemment cela fait une bonne année qu'il a le nez là-dedans où y'a des passades, un coup il arrête quelques mois, puis en reprend toutes les semaines. Je sais que le fait de reprendre peut aussi faire partie du processus d'arrêt, mais j'ai de sérieux doutes.

Je pense qu'un regard de professionnel serait tout de même bénéfique, l'avis du professionnel aurait plus de poids que le mien, tout en étant plus juste. Surtout qu'en général, quand je lui fais une remarque, il trouve que j'exagère mais quand qqn d'autre lui dit la même chose, il adhère tout de suite, c'est difficile à encaisser pour moi...

Pour "mon addiction" à lui, tu as tout à fait raison, lui c'est la drogue et moi c'est lui, Parfois je me dis que c'est vraiment égoïste d'être partie, je ne veux pas qu'il s'enfonce encore plus, mais il ne veut pas en sortir et je sens que ce n'est plus supportable pour moi, cette inquiétude permanente sur le fait qu'il reprenne de la drogue est très pesante. Surtout lorsqu'il se rend chez sa soeur ou chez ses "amis", je suis à la limite de la crise d'angoisse, voire en plein dedans quand je n'ai plus de nouvelles, parce que je sais comment ça finit....

Profil supprimé - 18/09/2020 à 15h13

Bonjour je viens apporter mon témoignage et pas forcément une réponse ou une solution malheureusement. Je vis exactement la même chose. J'ai rencontré mon copain il y a 3 ans histoire passionnelle mais très vite j ai vu qu il buvait beaucoup. J ai passé sur ça car ce n'était que le week-end en soirée. Il travaillait à l epoque pour un patron. Il a eu un accident de voiture sous l.emprise de l alcool et a failli tuer son pote. Il est passé en jugement resultat 350 euros d amande et 3 mois de suspension de permis. Il rigole car trouve que cest pas cher payé !Puis au fils des mois il a eu d autres fréquentations et j ai appris qu il prenait de la coke occasionnellement en soirée. Il se cachait pour le faire. Il a décidé de se mettre à son compte il y a un an et là cest la descente aux enfers. Comme le travail ne venait pas il restait parfois un mois sans travailler il faisait des soirees même la semaine. Alcool cocaïne mais il me disait que non. Son comportement déjà colérique a la base à cause de blessures de l enfance..un père alcoolique etc n a fait qu empirer. Mensonges trahisons...il devenait même blessant dans ses mots. On n a fait que se séparer et se remettre ensemble. A chaque fois il me rappelle avec des promesses des blablas qu il ne tient pas. Quand on se revoit cest magique et une semaine après il redevient agressif distant et me rejette. Il dit qu il m aime mais n y arrive pas. Que je suis une femme super qui mérite beaucoup d amour. J ai perdu toute confiance en lui alors que je l aime comme une dingue. Surtout que la cocaine accentue la libido j ai même peur qu il m ait trompé.
J ai appris la semaine dernière qu il tapait la coke depuis bien plus longtemps que je ne l.imaginais. il s'est trahi tout seul en parlant a un pote. Il devait déjà consommere à notre rencontre mais de temps en temps.
Il est parti une semaine en vacances la semaine dernière et il a préféré passer chez ses collègues qui prennent tous de la coke aussi plutôt que me voir moi. Depuis plus de nouvelles. Revenu ce matin mais pas d appel

comme d habitude.
Je suis épuisée mentalement en perte de confiance total en moi-même. Je lui donne tout mon amour compréhension mais je crois que d'avoir trop cautionné il a empiré dans ses addictions. Et sa famille est un peu portée sur l alcool aussi mais reste surtout dans le déni et la fuite c'est plus facile!
Je ne sais plus quoi faire car j ai toujours l espoir qu il change cest horrible. Alors je compatis à votre détresse et vous souhaite plein de courage.

Profil supprimé - 19/09/2020 à 15h40

Tu n'es vraiment, vraiment pas égoïste. Je sais à quel point c'est stressant de vouloir contenir quelqu'un et la personne fait n'importe quoi... Tu te serais juste apportée un énorme stress supplémentaire, au contraire tu as été très forte de prendre cette décision malgré ton attachement.
Je sais que dans beaucoup de cas le conjoint n'aide pas parce que la seule personne qui peut décider d'arrêter c'est lui. En général on ne fait que souffrir à côté à trop vouloir que la situation change. Si la situation ne te plais pas telle qu'elle est il faut se barrer car tu ne sais jamais si elle changera (elle peut empirer ou rester telle quelle, c'est ce qui se passe souvent). Ce n'est pas ta responsabilité le fait que ton copain aille mieux. Il est assez grand pour choisir de s'en sortir seul et pour demander ton aide si il en a besoin. Mais tu ne peux pas faire les choses à sa place. Jespere que mon message n'est pas trop dur... Si tu le peux ne reviens pas sur ta décision, tu n'aurais pas pu (ne pourrai pas) le sauver de la drogue (et de lui même). Par contre tu peux lui signifier que si il veut s'en sortir il pourra compter sur toi pour l'aider dans les démarches etc.
Pour être toujours en couple avec le mec qui fait des excès malgré son envie d'arrêter, ça fait trop souffrir, je ne le souhaite à personne... Si j'avais la force je partirai aussi (pour d'autres raisons également)
Comment vis tu la rupture ? Pour parler de choses plus positives tu devrais être vraiment égoïste pour le coup et ne faire que des choses qui te font du bien encore une fois je n'imagine pas ta douleur car tu as connu le bonheur avant tout ça, ça doit être terrible comme souffrance... Plein de courage, je réitère, n'hésite pas à continuer à parler si ça te fait du bien, bon week-end !

Profil supprimé - 20/09/2020 à 20h09

Cc Éléa,
Pour dire d'avoir vécu de mes 19 a mes 25 ans avec un mec alcoolique que j'ai finis par quitter car comme toi ,il s'arrêtait,reprenais,coc parfois, menteur, famille qui s'en foutait...et quand je vois maintenant 20 après,il a rencontrer une gentille fille,il lui a fait croire mont et merveilles,qu'il allait arrêter...elle lui a fait un gosse,il est devenu violent car accro a l'alcool et a la coc ça fatigue,et un bébé qui pleure c'est pas possible pour eux..maintenant il est seul,paumé, drogué...car elle l'a quitté et les cures il les tenait pas.
Et moi j'ai rencontré un mec après qui a tout touché dans sa vie ,coc,excta,herbe,champi,alcool mais ça rester festif .il est clair dans sa tête .il sait quand faire la fête et quand on est dans la vie de tous les jours .
Donc ma conclusion ton homme comme mon premier n'a pas le mental,la force,le courage, l'envie,la maturité,et l'amour pour sa femme de stopper ça! Tu n'es pas son infirmière et lui a certainement des choses a régler avec lui même ,ne perd pas ton temps,les gens accrocs sont des menteurs et des égoïstes pour moi.et ya que lui seul ,quand il sera au fond ,qu'il remontera s'il le veux vraiment.
C'est mon point de vue
Courage
Prends sur toi et pense a toi,préserve toi