© Drogues Info Service - 8 septembre 2026

Forums pour l'entourage

En relation avec un polyaddict, je ne sais pas comment l'aider...

Par BUlma Posté le 17/08/2023 à 13h05

Bonjour,

Comme écrit dans le titre, je suis tombée amoureuse d'un polyaddict à l'alcool et la drogue.
Je l'ai rencontré dans ma formation en novembre.
J'ai commencé à m'attacher à lui dès le début sans avoir connaissance de ses problèmes d'addiction.
Nous avons échangé nos numéros en décembre. Nous avons commencé à parler tous les jours, parfois toute la nuit.
Au début nous étions seulement amis car il était en couple. Sa relation ne fonctionnait plus et son ex l'a quitté car elle n'en pouvait plus de ses addictions.

Je l'ai beaucoup soutenu dans sa séparation, notamment car il avait un besoin énorme de prendre des drogues dures pour ne plus sentir les emotions négatives liées à la séparation et la solitude.
Suite à cela, nous nous sommes rapprochés. nous passons beaucoup de temps à discuter et à nous voir.
J'aime beaucoup la personne qu'il est et j'ai accepté sa polyaddiction.

Aujourd'hui, on entretient une relation très proche, similaire à un couple, et exclusive, mais nous ne sommes pas en couple.

Lorsqu'on parle d'entretenir une relation sérieuse, il refuse en disant que je ne peux pas m'attacher à quelqu'un comme lui et qu'être en couple avec lui me ruinerais.

Je respecte sa décision mais je suis dans un entre-deux et je ne sais plus où me positionner.

Il se renferme un jour sur deux, parfois ne dors pas avec moi une partie de la nuit car il fume sur le canapé pour pas que je respire ce qu'il fume.

Depuis qu'il entretient cette relation avec moi il ne prend plus de drogues dures, mais il continue à boire et tente de remplacer les effets des dures avec de la beuh.

Il déteste parler de ses addictions et préfère souffrir en silence et ne veut pas entendre parler du psy.

Je l'aime mais je ne sais pas quoi faire pour l'aider à se soulager et souffrir un peu moins chaque jours...

2 réponses

Diamond - 17/08/2023 à 21h30

Hello,

Je ne réponds pas souvent sur des forums mais solidarité oblige, je prends quelques minutes de mon temps dans l'espoir de t'éclairer.

L'addiction est une maladie qui se soigne pas la seule volonté du patient.

Même les médecins ne savent pas quoi faire car un humain adulte et seul libre de ses choix.

Je ne connais pas ton passé familial ni amoureux mais se pourrait il que tu cherches a le sauver ?

Si c'est le cas, stp sauve toi.

D'ailleurs en fait sauve toi. Le mec te prévient d'avance que tu vas souffrir, son ex malgré qu'elle l'aime a du fuir. Le plus tôt t'arracher as le sparadrap le mieux c'est.

Dis toi qu'il y a des gens qu'il vaut mieux aimer de loin, comme un cactus, sinon c'est toi qui te retrouvera blessé à jamais.

Je comprends c'est triste, j'ai aussi moi déjà aimé des personnes que j'ai du laisser car je m'aime plus et je refuse de faire les frais des souffrances de quelqu'un qui espère étouffer ça dans la drogue.

C'était dur de quitter car quand on aime on veut garder espoir mais stp, penses à toi, tu n'es pas médecin, ni psy même eux peuvent rien. Ya que lui qui peut mais il te le dit : il ne veut pas, ne s'en sent pas capable.

Bref j'espère avoir aider a trouver des forces pour sortir de ce sable mouvant.

Plein d'amour sur toi

Hazel - 18/08/2023 à 04h36

Bonjour Bulma,

Je voudrais te raconter mon histoire et tu en tireras les conclusions que tu voudras.

J’ai perdu mon conjoint à l’age de 35 ans il y a quelques semaines. Addict à la coke et à l’alcool. Pendant 10 ans j’ai essayé de l’aider mais lui ne voulait pas s’aider.

Je me suis beaucoup renseignée sur le sujet et une chose est sûre: si la personne ne veut pas s’en sortir, tu ne pourras rien y faire. Renseigne-toi aupres des groupes de soutien des alcooliques anonymes dans ton coin. Ça s’appelle Al-anon et c’est pour soutenir la famille des alcooliques (ou dépendants à d’autres substances parfois).

Je comprends que tu l’aimes, j’aimais mon compagnon aussi. Mais en toute honnêteté j’ai vécu 10 ans d’enfer. Bien sûr avec de magnifiques moments d’amour mais je me suis abîmée la santé mentale et physique à vouloir le sauver.

Je te souhaite beaucoup de courage et si tu choisis d’emprunter ce chemin avec lui, je te souhaite qu’il veuille se sauver lui-même avant tout.