

Vos questions / nos réponses

## Comment aider mon ancien compagnon?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 19/10/2012 14:57

Bonjour,

Il y a 3 ans, j'ai rencontré A. Je suis rapidement tombée amoureuse de lui car il était différent des autres, cultivé, poète!

Nos premières soirées furent un peu alcoolisées! Sauf que je me suis vite rendue compte qu'il avait un problème avec l'alcool, un petit je pensais!

On ne sait jamais trop jusqu'où ça peut aller quand on est pas calé sur le sujet!

Ça n'a pas empêché que je l'ai aimé passionnément pendant 3 ans! En comprenant qu'il était alcoolique j'ai supporté violences, mensonges, trahisons.

Je l'ai lavé, couché, écouté, j'ai pardonné je ne sais combien de fois en me disant que tout allait s'arranger!

Sauf qu'à un moment, ce n'est plus possible et j'ai fini par me rendre compte que mes sentiments avaient changé, ou tout simplement que je ne me sentais plus capable de supporter tout ça. Il avait "arrêté" puis rechuté puis réessayé sans forcément y croire lui-même. Arrêter pour moi... et non pour lui. J'ai tout stoppé sans pour autant aujourd'hui ne pas m'inquiéter!

Les rares fois où je l'ai au téléphone il est alcoolisé, il pleure. Personne dans sa famille ne l'aide à ma connaissance!

Je sais qu'il se met vraiment en danger! mais que faire???

Il a pris contact avec un centre, à ses dires il sera pris le plus rapidement possible!

J'ai l'impression d'être impuissante, je me sens lâche. J'ai pas la force de revivre tout ça alors que j'essaie de lui faire comprendre que tout est terminé. Si il lui arrivait quelque chose je m'en voudrais toute ma vie! car c'est l'homme que j'ai le plus aimé!

Si vous pouvez m'aider, me parler d'histoires similaires, me dire ce que je pourrais faire!

Merci.

---

**Mise en ligne le 23/10/2012**

Bonjour,

Nous entendons bien votre inquiétude et votre souffrance dans la situation que vous vivez.

Après beaucoup de patience, de soutien, d'espoir et de découragement, les sentiments que vous aviez pour votre compagnon ont changé, et vous avez choisi de mettre un terme à votre relation. Au fil de ces années, vous avez pu apprendre que seul votre compagnon peut faire quelque chose pour lui-même. Bien entendu, les proches peuvent soutenir, encourager, "porter avec" mais jamais "à la place". Il est une part du chemin que

seule la personne concernée peut faire ; les autres restent impuissants. Cette impuissance est souvent source de souffrance.

Vous décrivez avec beaucoup de justesse ce que peut être le quotidien de l'entourage d'une personne alcoolique. Vous n'avez pas "la force de revivre tout ça", et il faut respecter cela. Il vous dit avoir pris contact avec un centre. Il fait donc des démarches pour se faire aider et, nous l'espérons, rencontrera prochainement des personnes qui vont l'accompagner dans ce sens. Vous avez été l'une de ces personnes, en tant que compagne, et vous avez choisi de ne plus l'être. Il est difficile, mais indispensable, de pouvoir passer le relais...

Il existe des groupes de parole dont le fonctionnement est similaire aux Alcooliques Anonymes, mais qui s'adressent à l'entourage familial. Nous vous donnons le lien de leur site internet en fin de message, vous pourrez y lire des témoignages, y déposer le vôtre et pourquoi pas, trouver une réunion proche de chez vous.

Vous pouvez également poster un message sur les forums de notre site, et échanger avec d'autres internautes.

Quant à vous dire ce que vous pourriez faire, nous sommes tentés de vous retourner la question en vous demandant ce que vous, aujourd'hui, vous vous sentez de faire. Nous vous encourageons à réfléchir à cela, et à rester vigilante à ne pas dépasser vos limites personnelles.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour parler de votre situation, vous pouvez nous contacter au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin). Un écoutant prendra le temps avec vous de voir ce qui se passe et d'envisager les possibilités qui sont les vôtres.

Bien cordialement.

---

#### **En savoir plus :**

- [Al-Anon, groupes familiaux](#)
- [Les forums de notre site](#)