© Drogues Info Service - 26 juillet 2025

Forums pour l'entourage

Mon copain fume du cannabis je ne sais plus quoi faire

Par Profil supprimé Posté le 08/02/2019 à 19h19

Depuis que je le connais mon copain fume du cannabis. Je l'acceptais au début étant naïve et pensant qu'il arrêterait à notre emménagement mais non. Je suis enceinte et il me dit je vais arrêter mais il fume en cachette (en trouvant des excuses toutes les plus pourries les unes que les autres). Je ne sais plus quelle attitude adopter pour faire en sorte de me faire entendre sans que Monsieur se braque et que ça finisse en dispute. Est ce quelqu'un a su avoir les mots pour être "pédagogue" et au moins avoir un discussion sincère et franche. Et si quelqu'un a une vrai solution je suis preneuse (mais pas si naïve).

18 réponses

Profil supprimé - 16/02/2019 à 13h45

Bonjour Calypso,

Je suis dans une situation similaire. Je suis avec mon conjoint depyis 5 ans. J'ai toujours su qu'il était un fumeur occasionnel mais il m'a avoué dernièrement qu'il a une dépendance et qu'il fume régulièrement depuis environ 8 ans. La douleur que j'ai ressenti quand il me l'a dit! Il fumait en cachette et maintenant je comprend mieux certains de ses comportements.

Il a pris des démarches pour rencontrer un psy pour en discuter et voir comment il peut se sortir de cette dépendance. Je suis fière du courage dont il fait preuve. Par contre, il ne veux pas de moi à ses côtés pendant sa démarche car il dit que je n'ai pas les outils concrets pour le soutenir. Il a raison, c'est un monde complètement inconnu pour moi. Mais ce que je voudrais qu'il comprenne c'est que je l'aime malgré tout et que je veux le soutenir à ma façon. On n'habite pas ensemble alors je me retrouve seule de mon côté et je n'ai plus de nouvelles de lui. Je n'ose pas le contacter ou lui demander que l'on se voit car je ne veux pas le brusquer. Je sais qu'il m'aime mais j'ai peur qu'en m'éloignant de lui, son amour pour moi s'évapore. Je ne sais pas combien de temps cet éloignement va durer ni si c'est temporaire ou permanent. Je me sens évidemment toute chamboulée et j'ai tellement de questions sans réponses.

Je n'ai pas de conseils à proprement dit mais je crois que lui doit admettre son problème par lui-même. Il doit en prendre conscience car sinon rien ne changera. Et si ah lieu de lui reprocher sa consommation, tu lui demandais ce qui le pousse à fumer? Quel effet recherche-t-il? Si c'est pour s'apaiser, de quoi au juste? Souvent la consommation sert à masquer un problème, une blessure. Des discussions à ce sujet pourrait

peut-être l'amener à la source et débloquer sur une prise de conscience?

N'hésite pas à revenir sur cette discussion. Je resterai sur ce forum pendant un certain temps j'ai l'impression.

Profil supprimé - 18/02/2019 à 17h26

Pour répondre à ta question le problème est qu'il n'est pas dans cette phase d'action dans laquelle est ton copain. Pour lui ce n'est pas un problème et c'est normal de fumer un joint c'est "pas pire que l'alcool". Donc on est en déni total. Il a retrouvé du travail mais malheureusement tout le monde fume la bas. Il a démarré quand il était en foyer et depuis il fait comme s'il pouvait s'arrêter devant moi mais je sais que c'est faux (non un chewing gum ne cache pas l'odeur sur les doigts ah ah). Le foyer a été déclencheur, les années suivantes ont été difficiles et depuis une dépendance s'est installée malgré une "stabilité" retrouvée et un climat moins anxiogène. J'aimerais l'aider mais comme sa petite amie pas future psychologue. Je pourrais lui faire tout un sketch lui prouvant par A plus B qu'il a un problème mais en fait tout ce que je voudrais c'est qu'il aille vers des professionnels de l'addicto pour avoir un soin digne de ce nom et me soulager aussi car ma grossesse ne me permet plus d'être aussi inquiète.

Pour ta situation, en effet elle est délicate, mais bravo a ton copain de se soigner c'est déjà une grande victoire je t'assure. C'est normal qu'il veuille être seul car ça peut lui paraître parfois honteux d'admettre qu'on a un problème et de se soigner et s'en remettre à des professionnels compétant, alors que ça ne devrait pas. Il t'envoie des messages pour te tenir au courant de temps en temps ? Ta compréhension est sûrement importante pour lui et aussi pour votre couple. Je ne connais pas la durée par avance, ni ton copain. Mais si tu as ces interrogations c'est qu'elles sont légitimes et tu dois pouvoir aussi les exprimer que ce soit ici ou auprès de ton copain ou ton entourage. Je ne vais pas te donner un pronostic sur votre couple, mais n'hésite pas à envoyer un message ou quelque chose de personnel à ton copain pour lui donner ton soutien de loin. Vouloir être éloigné ne veut pas dire qu'il ne veut recevoir aucune nouvelle de toi, mais il se concentre sur lui même pour le moment.

Profil supprimé - 19/02/2019 à 15h40

Il m'a envoyé 2 messages depuis qu'il m'a avoué son problème. Des messages très courts mais qui m'ont énormément touchée. Je lui ai répondu que je ne le juge pas et que je le trouve courageux. Que je suis là pour lui s'il en ressent le besoin. Je n'ai pas eu d'autre nouvelles depuis cela.

Entre temps, je suis allée chercher de l'aide pour moi-même auprès d'un psy (pour comprendre pourquoi je suis tant affectée par le fait qu'il ne veule pas que je sois près de lui pendant sa démarche) et aussi auprès d'un addictologue. J'ai un rv avec l'addictologue seulement à la mi-mars mais j'ai bon espoir que cela me donnera une perspective différente de la situation et que ça me fera un grand bien de discuter avec un expert dans le sujet.

Peut-être que toi tu pourrais prendre contact avec un addictologue pour te faire aider? Je comprends très bien que cela doit être une periode extrêmement stressante avec la grossesse. Mais peut-être que de te faire aider en premier te permettra de t'apaiser? J'ai une question pour toi. Qu'est-ce qui te dérange le plus: le fait qu'il fume du cannabis en soit ou bien qu'il te mente en essayant de te faire croire qu'il ne fume pas devant toi alors que tu peux très bien sentir l'odeur ?

Profil supprimé - 21/02/2019 à 18h01

J'espère pour toi qu'il t'en donnera très bientôt ! Tu as l'air de savoir analyser les situations et te montrer compréhensive. j'espère qu'il va te recontacter très bientôt.

Ta démarche est très courageuse aussi et elle ne sera pas vaine dans tous les cas. Je peux juste te conseiller de faire attention au type de psychologue que tu as recherché. Tous les types de psychologues ne seront pas à même de répondre à ta question et ta problématique. Mais le complément d'un addicto ne peut être que bénéfique.
Oui tu as sans doute raison je devrais y penser, cela pourrait m'aider à comprendre peut être mieux même si en aucun cas je ne peux excuser ça et qu'actuellement je suis à deux doigts de mettre mon compagnon dehors tant le raz le bol est immense. Ce qui me dérange c'est le fait qu'il fume car je déteste ça, enfin vraiment j'ai une sainte horreur de tout ce qui touche à la drogue. Je peux comprendre éventuellement un joint ou deux en soirée mais pour le coup ma compréhension s'arrête là pour les personnes que je cotoie. Et aussi finalement ce mensonge perpétuel qui est tout à fait typique de la personne dépendante qui est "je vais arrêter". Au début pour moi, puis quand on habitera ensemble et enfin, avec le bébé. Je ne peux plus le croire et je pense vraiment le mettre à la porte.

Profil supprimé - 24/02/2019 à 17h16

Salut, je vais être franc, je ne veux pas être méchant mais un drogué reste un drogué à partir du moment où il en consomme quotidiennement cela signifie qu'il n'arrêtera jamais. Moi même j'ai arrêté le cannabis en 2012 mais uniquement par obligation pour mon permis car ma région est vraiment beaucoup contrôlée sur la route. Je n'ai pas repris depuis néanmoins encore aujourd'hui en 2019 chaque jour je cherche un moyen de fumer sans risquer de me faire attraper (éviter le contrôle, falsifier le test ...) je suis prêt à tout, et si demain je trouve un moyen ou que c'est enfin légaliser je serais le premier à fumer ! Tout ça pour dire que des personnes qui m'ont promis d'arrêter j'en ai entendu des dizaines et aucune n'a jamais tenu sa promesse, soit il se cachera ou trouvera un autre moyen. La vrai solution c'est de ne JAMAIS sortir avec un mec qui fume des joints sinon tampis pour toi désolé.

Profil supprimé - 24/02/2019 à 18h44

J'ai eu des nouvelles de lui hier et j'en ai été extrêmement contente. Qu'il prenne le temps de partager avec moi ses états d'âme et de me faire signe, ça valait tout l'or du monde. Je sens que tout n'est pas perdu et que de lui laisser son espace est bénéfique. Bien sûr le problème n'est pas réglé, loin de là, mais chaque pas en avant et une petite victoire.

De ton côté, est-ce que tu as discuté avec ton copain du fait que tu penses de plus en plus à le mettre à la porte? Bien sûr, une personne avec une dépendance ne pourra véritablement arrêter que pour elle-même mais parfois, la réalisation de ce que l'on peut perdre permet une prise de conscience.

Profil supprimé - 25/02/2019 à 14h09

Merci Lolop de ta franchise... Mais jusqu'à preuve du contraire tu ne fumes plus depuis 7 ans même si tu es prêt à reprendre. Je trouve ton intervention dérangeante dans le sens ou tu considères toi même comme le plus gros des drogués visiblement et une personne peu fréquentable. Certaines personnes arrivent à arrêter (j'en cotoie, mais je cotoie aussi des professionnels travaillant dans le métier). La rechute fait parti du protocole du changement elle est normale, ce n'est pas un échec en soi et j'en ai conscience. De là à dire qu'un "drogué est un drogué" je ne suis pas complètement d'accord. Mais il est certain que sans motivation profonde et sans levier pour aider un changement semble compliqué. En tout cas je trouve ton message très insultant, non pas pour moi mais pour toutes les personnes ici qui ont une réelle envie de changer

Deb, c'est super pour ton copain j'espère que malgré le temps que ca prend il avance à son rythme. Les nouvelles que tu as eu ont du te réjouir en tout cas ça à l'air. Au moins ton couple n'a pas l'air d'être en péril bien au contraire et tes efforts ne sont pas vain. J'ai beaucoup d'espoir pour ton copain, toi et votre couple.

N'hésite pas à me faire part des nouvelles !
Non je sais que la menace n'est pas la bonne solution, et on vient de se retrouver après une semaine d'absence. Mais je suis à peine rentrée que plein de joint dans la poubelle, de la beuh, bref de quoi m'énerver. J'ai pris sur moi. J'ai envie qu'il change mais lui n'en est pas là. Je vais aller voir un addicto pour répondre à mes questions le 18 mars.

Profil supprimé - 26/02/2019 à 02h58

Vous aller me prendre pour un fou mais ma femme me disait rien au contraire elle se fouter de ma gueule je fumer depuis des années et je recevais des pics de ma femme et sa marcher car à chaque fois elle me rendait fou mais malgré tout j’me disais elle a pas tord c vrai Jsui un toxico jusqu’au jour ou j’ai eu se declic’ et j’ai arrêter après 15 ans de fumette voilà après on a pas tous le même caractère peut être qu il va le prendre mal donc des fois faut laisser faire les choses et un moment la personne prend des décisions fortes et arrête d un coup mais bon on n est pas tous pareil.Dis lui que c’est dans la tête le principal combat qu il faut qu il fasse

Profil supprimé - 26/02/2019 à 16h17

Merci Luciano pour ton message d'encouragements. Ça fait du bien de se faire rappeler que ça se peut qu'une personne se prenne en main et arrête sa consommation. Je suis consciente par contre qu'une personne qui a eu une telle dependance un jour, sera sensible à cette substance toute sa vie. Comme un alcoolique qui s'est rétabli ne peut pas reprendre une goutte d'alcool afin d'éviter une rechute. Mais je crois fermement à la réhabilitation en autant qu'un vrai travail soit fait pour régler les causes de la dépendance, les blessures, le mal-être que l'on cherche à apaiser.

Calypso, je suis heureuse de voir que tu as pris un rv avec un addictologue pour toi. Cette démarche ne peut qu'être bénéfique pour toi. Je comprends ton stress et ton ras-le-bol. Moi même j'essaie de faire un travail sur moi pendant cette pause obligée. Mais on ne va pas se mentir, je ne vais vraiment pas bien. Je me rends compte que j'ai aussi une dépendance, la dependance affective. Pas besoin de dire que ça fait pas un super mélange ! Lui qui a besoin de temps pour se guérir et moi qui se sent rejetée par lui car il veut le faire seul avec l'aide des professionnels. J'essaie de ne pas trop penser à la situation mais c'est peine perdue, ça me gruge par en dedans.

Profil supprimé - 27/02/2019 à 09h12

Bravo à toi Luciano et merci beaucoup pour ton témoignage, je pense que ça nous redonne espoir à Deb et moi. Je crois que mon copain c'est même pas encore au stade de la réflexion sur ce point, le déclic est encore loin. Mais j'arrive facilement à me prendre la tête avec lui sur le sujet c'est déjà ça Je ne demande même pas qu'il arrête seul, s'il a besoin d'être aidé il y a plein de structure pour. Mais encore bravo à toi, et ça doit être une bonne nouvelle pour votre couple aussi

Merci Deb, ça n'a pas été facile d'avoir un rdv rapide au csapa. J'espère que la personne qui va me recevoir va savoir se montrer compréhensive, et entendre mes problématique pour en faire émerger de nouvelles. Tu devrais arriver à avancer dans tes démarches tu me semble vraiment motivée. Ta "dépendance" affective est sûrement gérable, mais je comprends que cela soit gênant pour toi. La solution n'est pas de ne pas pas penser à la situation mais d'y réfléchir. Ton psy ou même ton entourage peut t'aider à avoir un regard nouveau sur toute cette situation. Il te faut une autre manière de penser et recentre toi aussi ca tu as l'air d'en avoir besoin au delà de l'arrêt de la drogue de ton copain.

Profil supprimé - 28/02/2019 à 07h22

Bonjour à vous
Voilà j’ai trouvé votre fil de discutions car je suis moi même une ancienne fumeuse, j’ai arrêté quand je suis tombée enceinte de mon fils et je n’ai pas repris depuis mais le papa fume toujours. Il y a un peu plus de 6 mois maintenant il s’est fait suspendre le permis suite à un contrôle salivaire alors que nous partions en vacances en famille ! Heureusement j’ai le permis aussi mais vivant à la campagne loin de tout le fait de n’avoir plus qu’un permis est très compliqué à gérer !! Il a eu une suspension de 6 mois donc il n’a jamais reçu de convocation au tribunal et aujourd’hui on en est à effectuer les démarches pour qu’il récupère son permis. Il doit passer des tests psychotechnique (110€) puis il devrait passer devant le médecin de commission (50€) avec une analyse d’urine négative ! Seulement voilà malgré les multiples promesses de ne plus fumer depuis des semaines pour récupérer son permis il a plusieurs fois fumer avec des amis ! Il a eu le culot de me dire hier soir alors qu’on est à 20 jours de son rdv médicale qu’il n’avait pas fumer depuis longtemps alors que je sais parfaitement qu’il a fumer vendredi dernier ! Quand je lui ai fait remarqué il m’a dit mais j’ai tiré qu’une latte !
Là où je n’arrive pas à le pardonner c’est que moi j’ai su arrêter du jour au lendemain pour une bonne raison notre enfant notre famille et j’ai l’impression que lui ne comprend pas que ça met aussi en péril notre famille le fait qu’il n’ait plus de permis !!!
Et financièrement aussi on va en avoir pour presque 200€ en tout et si c’est pour que l’analyse d’urine ne soit pas bonne et qu’il ne récupère pas son permis je lui en voudrait beaucoup d’avoir foutu 200€ en l’air pour rien (même si on est pas malheureux mais on roule pas sur l’or au point de jeter 200€ à la poubelle !!!!) ça me met vraiment en colère tout ça et je comprend votre desaroi à toutes les deux face à vos compagnons qui ne s’en sorte pas ou qui ne veulent pas je vous les aidiez à s’en sortir ! Mais croyez moi mon conjoint est très à mon écoute on s’entend vraiment très très bien on communique énormément ça fait bientôt 5 ans qu’on est ensemble et on a traversé des trucs de fou dont on s’est toujours sortie en ce soutenant mutuellement mais pour cette putain de dépendance j’ai vraiment l’impression d’être impuissante ! J’ai bon caché tout ce qui peut lui servir à fumer (a sa propre demande même parfois) il trouve toujours un moyen de replonger (collègue amis ...) et ça me déprime vraiment parfois
Il avait vu un addictologue en sortant du lycée il y a quelques années un peu avant notre rencontre et il me dit sans cesse que ça sert à rien car quand il sortait de chez elle il se roulait un joint ! Donc je ne sais plus quoi faire non plus et j’ai vraiment peur de ne pas contrôler ma colère si il ne récupère pas son permis à la fin du mois après avoir effectuer toutes les démarches !!!!!
Bon courage à toutes les 2 également !!

Profil supprimé - 01/03/2019 à 00h46

Bonjour à tous!

Je viens vous partager mon témoignage.
Témoignage d'un fumeur de cannabis régulier. En suis-je fier ?
Non, mais, parce que oui, il y a un mais;
J'ai l'impression que le cannabis me permet d'avancer dans la vie. Je vous explique. J'ai commencé le cannabis à l'âge de 18 ans, et je suis très vite tombé dedans (c'est une drogue, après tout). Au début, les effets étaient tellement puissant que même le fait de "penser" m'était difficile.

Hors, quand une tolérance a commencé à s'installer, j'ai ressenti une confiance en moi se développer (confiance que je n'ai jamais eu avant d'avoir commencé, je précise, c'était mon combat pendant l'adolescence). Ce gain de confiance m'a permit de lancer des projets, de m'orienter vers des voies de prestiges, et d'enfin construire une vie stable.

À 24 ans donc, je décide d'arrêter, car j'avais déjà bien avancé dans ma vie. Arrêt qui durera 3 ans, période pendant laquelle je perdis mon boulot, ma copine et certains de mes amis.
Après ces échecs, qui m'ont fait repenser à mes âges d'ado, j'ai décidé de reprendre.

Après 1 mois, je retrouve du boulot, j'investi mon temps dans de nouveaux projets, et je me sens mieux dans ma peau. À vrai dire, je ne me suis jamais senti bien sans.

Il faut savoir que les études sur le cannabis sont très loin d'êtres achevées. On évoque la destruction de neuronnes, tout comme la création de nouvelles neuronnes (neurogénese).
Je pense que le cannabis n'est pas fait pour tout le monde, mais que certaines personnes, comme moi, arrivent à avancer grâce à ça. Bob Marley n'est pas une légende pour rien ! ^^

Mais pourquoi je n'en suis pas fier? Tout simplement parce que mon cerveau , ma motivation ne se déclenche qu'avec l'usage du cannabis. C'est pénible de se savoir comme ça, mais c'est la vie, et la vie peut-être bien plus dur que ça.

Je sais maintenant que, jusqu'à mon dernier souffle, je fumerai du cannabis.
Je pense que le mieux est d'en parler avec vos conjoints, peut-être ressent-ils la même chose ? Ou peut-être que le cannabis ne leur convient pas ?

J'espère vous avoir aidé, et j'espère que vos situations s'arrangeront

Profil supprimé - 03/03/2019 à 16h54

Merci Luciano pour ton témoignage et c'est super d'avoir réussi à arrêter J'essaie de faire un peu comme ta femme maintenant car avant je tapais des crises, meme si je ne m'en fout pas je ne l'engueule pas ni rien. Mais il devient parano et pas plus tard que ce matin il m'a accusé d'avoir fouiller dans ses affaires car il trouvait plus sa beuh. C'est la deuxième fois (la première fois il avait oublié l'avoir jeter avant de rentrer à la maison), il dit ca car certes auparavent j'ai "fouillé" (chercher dans une poche et bingo plutôt). Ca crée d'énormes disputes car à partir de la je ne supporte pas d'être accusée à tort. J'aimerais que ce bébé soit un déclic mais ce n'en n'est pas un visible. Je ne sais pas ce qu'il s'est passé dans ton cerveau en tout cas je te dis bravo d'avoir arrêter ca ne doit pas être tous les jours simple.

Je suis pressée d'aller à ce rdv car j'en ai vraiment besoin pour m'aider à savoir me comporter. Je suis perdue enceinte avec des hormones qui me pourrissent la vie au point que même si sur le plan médical ma grossesse est quasi parfaite, sur le plan psychique elle est épuisante et éprouvante et je ne souhaite ça à personne. Je regrette de ne pas vivre ma grossesse comme je l'aimerais à cause de tous les problèmes liés à mon copain qui sont en trop en ce moment pour moi.
Ces consultations psy sont forcément une bonne chose, et ce n'est pas grave d'être amoureuse en soi. Tu arrives encore à respecter ce que ton copain t'as demandé même si je connais ce truc de toujours regarder son téléphone pour voir si on a un message, cet espoir que ce soit lui quand le téléphone s'allume, de se dire qu'il va peut être arriver derrière la porte pour te faire une surprise. Mais ça ce gère et tu es aidée tu ne laisse pas être seule face à cette situation c'est ce qu'il y a de plus sain à faire pour toi. Mais n'oublie pas qu'il ne t'a pas oubliée et que même si tu ne sais pas quand tout cette situation va avoir une fin.

Profil supprimé - 04/03/2019 à 13h27

Calypso, tout comme toi, j'ai très hâte à ma consultation avec le centre qui aura lieu la semaine prochaine. Entretemps, mon conjoint m'a donné quelques nouvelles. Il a arrêté cette semaine et je sais qu'il trouve ça très difficile. J'essaie d'être là pour lui à ma manière, c'est à dire de répondre à ses textos quand il m'en envoie. J'essaie d'être forte, de le supporter mais j'avoue que je trouve ça vraiment dur car la plupart du temps, il me dit qu'il a vraiment besoin de me tenir à l'écart, qu'il ne peut rien promettre pour l'avenir, qu'il remets tout en question dans sa vie, qu'il m'aime mais qu'il doit trouver comment aller mieux tout seul. Bref, je me montre forte dans mes réponses mais au fond de moi, je suis au plus bas. Je ne trouve pas la motivation pour accomplir mes tâches et je reste au lit des heures entières. J'ai encore envie de l'attendre mais j'ai peur de me

blesser encore plus si au bout de tout ça il ne veut plus de moi.

Je te comprends d'être déçue de ne pas pouvoir vivre ta grossesse dans des bonnes conditions psychologiques. C'est vraiment dommage de ne pas profiter pleinement de cette période. Ce n'est pas comparable mais j'ai aussi eu des événements qui étaient sensés être heureux mais desquels je n'ai absolument pas profiter car j'étais trop mal en point à cause de la situation. J'essaie de reprendre le dessus ne serait-ce que quelques heures par jour mais ce n'est pas aussi simple que ça peut le paraître.

Profil supprimé - 05/03/2019 à 22h02

Tu me diras comment ca s'est passé pour toi si tu as pu tirer quelque chose de cette consultation. Tu as rdv dans quel type de structure exactement ? Car moi en csapa je vais avoir un premier rdv avec un infirmier spécialisé en addicto et après je vais être redirigée en fonction de ce qu'il va se passer je crois. J'espère que pour lui ca va marcher mais si je peux t'accompagner un peu je connais deux trois outils pour que tu puisses comprendre les phases de changement.
Pour toi, par contre il faut vraiment que tu vois un psychologue voire un médecin ou un médecin psychiatre car si ton état se prolonge trop il faudra te poser la question de la médication. Penses à toi et regarde tes limites pour ne pas te faire souffrir plus que nécessaire.

Oh oui ! Car bon les problèmes avec mon copain sont une raison mais il y en a d'autres. Je peux comprendre c'est toujours difficile de profiter pleinement quand il y a quelque chose au fond qui te travaille en permanence... mais il faut vraiment essayer de faire face et ne pas se laisser aller seule.

Profil supprimé - 23/03/2019 à 20h50

Calypso, ça fait un petit moment que je ne suis pas venue sur le forum. Comment ça se passe de ton côté ? Est-ce que ta rencontre au csapa t'as donné de bonnes pistes de solutions/réflexions ?

De mon côté, la rencontre a été bénéfique. Je continuerai à avoir un suivi avec une intervenante pour m'aider à comprendre le processus d'arrêt de consommation, quoi faire ou ne pas faire en cas de rechute, etc... mais aussi des ressources pour m'apprendre à mettre mes limites dans cette relation qui n'en est plus vraiment une... je ne sais plus.

Je consulte aussi une psychothérapeute et j'ai vu mon médecin qui m'a prescrit des somnifères pour m'aider à dormir et récupérer.

Pour se qui est de mon conjoint, il n'a toujours pas repris sa consommation, je suis tellement fière de lui et je le lui fait savoir. J'ai continué de respecter son besoin de distance maos je dirais qu'il revient vers moi tranquillement. Dans le sens que l'on se voit un peu plus souvent et que l'on discute ouvertement. Mais il ne sait toujours pas s'il veut que notre histoire se poursuive. Je me montre patiente et lui laisse l'espace mais c'est vraiment dur de ne pas savoir.

Profil supprimé - 13/02/2022 à 22h42

Bonjours à tous,
Je viens vers vous car je suis totalement perdue et ne sais plus quoi faire mais je ne peux pas en parler aux personne de ma famille mais il faut que j’en parle j’en ai besoin mentalement..
Alors voilà j’ai 21ans et mon copain a 25ans, ça fais presque 2 mois que nous sommes ensemble mais avant ca nous avons énormément discuté virtuellement lui et moi (je l’ai connu sur un site de rencontre)

De base il fait tout ce que je ne voulais pas d’un homme dans ma vie, il fume du cannabis et picole pas mal.. Mais je l’ai connu à une période de ma vie ou j’étais en dépression et il m’a fait énormément de bien psychologiquement, et je l’avoue je suis tombée amoureuse de lui avant même de le rencontrer
La première fois qu’on c’est vu il a fumer et bu mais ça ne m’a déranger car je ne voyais pas de changement dans son comportement, au début on se voyait que le week end et puis petit à petit on a finit par se voir tous les jours car il y avait un manque, mais voilà à l’heure d’aujourd’hui il c’est fait retirer le permis à cause d’un contrôle et c’est la 3ème fois… Du coup il ne travail plus et il est donc au chômage, donc il a dit je vais arrêter parce que financièrement ça n’ira pas mais il ne tient pas
Et finalement la personne qu’il est envers moi quand il est en manque je ne l’aime pas, il me fait extrêmement peur, il y a 2 jours il me parlait vraiment mal du coup je lui ai dis que je passais la nuit et qu’après je partait il a cru que ce n’étais que des paroles(c’était le cas en sois je voulais juste lui faire peur) et du coup le lendemain matin (on avait dormis séparer) j’ai préparer mes valises (pour le faire réagir uniquement) et j’ai après été à la douche quand je suis sortie de la douche il avait retirer TOUTE mes affaires de partout et avait jeter tout ce qu’il avait pu m’offrir et il me parlait très mal et très énerver du coup j’ai voulu qu’on discute et là il ne voulait pas et comme j’ai trop insister il a taper violemment sur la table, tout ce qu’y était dessu a voler.. J’ai eu tellement peur que ma seule réaction a été de pleurer et là il m’a dit arrête de pleurer sinon c’est toi qui va prendre.. Donc j’ai arrêter et je me suis excusée (il déteste les excuses et lui ne s’excuse donc jamais) Mais voilà je suis honnêtement dans la total incapacité de le laisser je suis tellement amoureuse que je suis prête à tout accepté par amour pour lui mais je voudrais juste savoir comment je pourrais l’aider…

Pepite - 14/02/2022 à 08h28

Bonjour Moi19,

Bienvenue sur ce forum.

Je viens de lire votre fil qui m'a glacé parce que j'ai connu la même chose avec le père de mon fils.

Il m'a séquestré, il a découpé mes vêtements, il a volé puis caché ou détruit mes souvenirs personnels.
Il m'a frappé un peu au début avec une "malheureuse gifle" parce qu'il m'aimait à la folie puis un jour violemment. J'ai cru que j'allais mourir, notre fils avait 1 an.
Il était pervers narcissique et jaloux. C'est à dire qu'il me manipulait, j'étais SA CHOSE et je n'existais pas en tant qu'être.

J'ai sauvé ma peau en le quittant, en abandonnant tout, en me retrouvant dans une situation précaire qui a retentit sur mon bébé. J'ai galéré pour une vie merveilleuse par la suite.

Une vie aimée et aimante avec un homme respectueux avec qui je grandis.

Alors si on juxtapose ces deux histoires, je vous invite à fuir immédiatement, à vous protéger, à vous sécuriser.

Il n'y a aucune bonne raison pour rester, pour vous soumettre à la violence.

Vous avez à mon sens besoin de vous aimer vous, telle que vous êtes et de faire le point sur votre estime. Pour cela, faites vous éventuellement aider par un professionnel.

Ensuite, vous serez en capacité de partager une vie de couple avec quelqu'un qui vous accompagnera dans votre épanouissement.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépite