© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Je ne sais pas quoi faire

Par Profil supprimé Posté le 13/01/2020 à 06h21

Bonjour a tous je suis un peu perdu mon conjoint et moi somme enssemble depuis plus de 10 ans nous avons des enfant et mon conjoint consomme de la drogue amphétamine (du s) comme il dise cela fait au moin 10 ans au départ c etai le week-end plusieur fois dans une soirée je n est jamais trop aimai qu il le fasse mais je les accepter on etai jeune me disai qu il arrêterait un jour mais que pour le moment il n avais pas envie parce qu il voulai en profiter .....mais depuis un peu plus d un an que je les remarquer ce meme la semaine les quantités en une soiree on diminue mais a la place il en prend la semaine pour le travaille quand je les remarquer je lui et dit il ces mis sur la défensive en disant que je disai n importe quoi c etait des dispute a gogo pui il a commencer a me mentir a me dire qu il ne prenait plus rien a me dire tu peu me faire confiance tu croi vraiment que je prendrai le risque de tout perdre .....le belle parole que tout le monde entend mais je ne suis pas stupide donc j ai calmer les dispute car sa n avance pas comme sa et se n est pas bon ni pour lui ni pour moi et encor moin pour les enfant j ai arrêté de trop dire pyi la récemment je lui et dit que je savais qu il me menter qu il continuer qu il briser toute la confiance que j avais pu avoir dans le passer il c effondré en larme en s excusan en me demandant de le laisser faire que c etait quand il avais des grosse journée au boulot que c etai pas tout les jour que sa ne le changer pas que il arrêterait mais tout de suite mais a l heure d aujourd hui je ne suis pas sur qu il pourra arrêter car c est amis en consomme c est collègue de boulot aussi je me dit que pour qu il arrête il devrai prendre de grosse décision et je ne pense pas qu il soit pret a faire sa et je pense au fond de moi qu'il en as besoin enfin qu il et dépendant et j ai peur que cela empire surtout si jen e laisse faire apres il n y a pas de violence pas d insulte au contraire si je ne dit rien tout se passe a merveille mais j ai du mal avec sa comment être sur de sa consommation comment être sur que cela n augmente pas qu elle avenir puis je vraiment l accepter et croire que sa ne changera rien ou que sa s arretera puis je l aider si lui ne veut pas arrêter pour moment et avec ces condition d entourage qu elle choix me reste t il je ne c pas beaucoup d inconnue de chose que je ne peut pas maîtriser ou ne sait pas comment faire personne a qui en parler je chercher des conseille desole c est un peu long d avance merci d avoir pris le temp de lire

3 réponses

Profil supprimé - 14/01/2020 à 05h46

bonjour, je suis un ancien dépendant aux drogues, ma consommation c'est vite tourné vers des choses qui rendent dépendant (l'héroïne). La consommation de drogue n'est jamais quelque chose à prendre à la légère et le problème c'est que votre conjoint est dans une phase ou il a l'impression qu'il maitrise. Le problème c'est que plus les consommations sont répété plus l'énergie est en baisse et plus on en a besoin. C'est tout à fait normal qu'il vous mentes je ne veux pas dire qu'il a raison mais tous les consommateur font ça c'est un moyen de protéger l'autre de nos écarts, on pense souvent à tord qu'en ne disant rien on évite de faire de la peine à ceux qu'on aime. Plus il va prendre conscience tôt qu'il fait erreur plus il sera facile pour lui de s'en sortir. C'est quelque chose de très délicat à gérer en couple mais vous avez raison de vous en inquiéter. Si je peux

vous donner un conseil c'est que lorsque vous abordez ce thème avec lui ne soyez pas dans l'interprétation (ne dite pas je suis sur que tu ...) parler à ça place va l'énerver, essayé d'être à l'écoute sans vous énervé (je sais que c'est dur mais ça paye) dite lui que tous ce que vous voulez c'est son bien valorisé le. Mais être avec des collègues qui consomment ça ne facilite vraiment pas la tâche. Si vous avez d'autre question n'hésitez pas

Profil supprimé - 14/01/2020 à 08h53

Bonjour merci de votre intérêt pour le moment je sait que je n est pas a m inquieter d autre drogue je dit bien pour le moment pour le fait qu il me mente oui je sait que la drogues meme au mensonge et fini par mener a la destruction des famille si rien n est fait on en as parler je lui et dit que je savais parce que on avais déjà eu cette discutions il y a a peut pres 1 an et il m avis demande un peu de temp et au final sa c est fini en cachoteries la en lui disant il était mal mal de m avoir menti de ce qu il me dit mais je c pas apes si je doit y croire il y a tellement eu de promesse et de chose dite mais bon passons il ma demander de le laisser faire et d attendre qu il arrête mais le problème c est que je suis très consciente des danger des risque et quand je l entend me dire c est pas tout les jour c est surtout pour quand j ai une grosse jour u boulot sinon je ne tient pas j y arriverai pas cette phrase veut déjà dire qu il pense en avoir besoin et a partir de la c est etre dépendant etvoyi l energie et en baisse car le corp fini par s abituer et il en faut plus et c est bien toute c est chose qui me font peur après je ne suis pas du style a m enerver et as crier donc pour sa y a pas de souci mais lui ne parle pas facilement il me dit parfois qu'il et désolé que je mérite pas sa qu'il va arrêter on dirai qu'il voudrai arrêter pour nous mais qu il na pas forcement l envie ou alors il n y arrive pas je c pas trop c est bizarre puis il na pas l impression que ce n est pas bien pour lui c est rien sa le change pas sa change rien et je suis pas sur que lui supportera l arret et les conséquence que sa aura le temp que le corp et la tête se réhabitue puis il n avoura pas qu il as un problème avec sa donc es qu il le sait me ne veut pas le dir ou es qu il et dans le déni c est dur de savoir et pour les collègues de boulot bas sa je peut rien y faire c est très compliqué car beaucoup de blanc je ne c pas sa consommation exact de la semaine je ne sait pas si il et conscient qu il a un problème je ne c est pas si il veut arrêter mais qu il ne sait pas comment faire ou si il a juste pas envie je c pas jusqu ou il et pres a aller près a perdre sa famille pour sa je ne c pas quoi faire pour qu'il réagisse pour qu il essye au moin plein de question pas facile a avoir des reponse et en même temp dure de croire se qu il me dit j ai perdu toute confiance en lui la situation et dure a géré entre se que je ressent et de pas savoir se que je doit faire ou dire qu es qui lui donnerai le déclic es ce que j'aurais la force d affronter encor tout sa encor longtemps su lui ne se bat pas n essye pas je finirai par partir sa serai peut-être sa le déclic je c pas en tout cas merci d avoir pris la peine de me lire et de me répondre

Profil supprimé - 14/01/2020 à 18h16

Mon seul et unique conseil c'est de ne pas poser d'ultimatum car ça risquerait de le braquer. Et si tu lui fais des remontrances il va préférer te mentir d'une pour te protéger et de deux pour éviter les conflits. N'oubli jamais que pour arrêter lui seul doit en prendre l'initiative.