© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Mon copain a une dépendance

Par Profil supprimé Postée le 04/09/2020 15:15

> Bonjour, Voilà cela fait plusieurs années que mon compagnon a un problème de dépendance au "shit". Dès qu'il se retrouve dans une situation d'échec (actuellement il se retrouve au chômage car son contrat de travail n'a pas était renouvelé) il se met a aller en acheter tous les jours et en consommé jusqu'à ce qu'il n'y en ai plus dans le sachet, un 10€. Il est dans le déni total car, quand je lui dit qu'il a de nouveau se problème de dépendance, il me répond que j'exagère, qu'il ne retombe pas dedans. Il fini par dire que "de toute façon il ne va plus en acheter" pour y retourner le lendemain. Il se cache pour fumer, me ment (ou du moins essaye de mentir). Je ne sais plus quoi faire pour qu'il sorte de là. Ce schéma se répète dès qu'il perd son travail (CDD non renouvelé). Quand il est dans sa période de "dépendance" : il est horrible avec moi, me parle mal, s'en fiche que je pleure ou que cela me touche. Il roulera son joint devant moi alors que je pleure. Que puis-je faire de plus ? Il dit ne plus vouloir replonger dedans mais montre tout l'inverse. Il détruit notre relation et je suis fatiguée de devoir constamment rentrer chez nous en cherchant si il a fumé aujourd'hui et combien. Lui en parler ne sert à rien car il ne répond rien et continu, il ne voit même pas ou est le mal..

Mise en ligne le 07/09/2020

Bonjour,

Nous comprenons bien que la situation soit difficile à vivre pour vous et nous allons essayer de vous apporter des éléments qui nous l’espérons pourront vous aider.

La dépendance est un phénomène complexe dans lequel la personne utilise une substance en réponse à des difficultés personnelles. Vous nous dites que votre petit ami consomme à chaque fois qu’il doit faire face à une situation vécue pour lui comme une situation d’échec. C’est en effet la perception qu’il en a car être au chômage peut ne pas être vécu comme une situation d’échec par tout le monde. Certaines personnes voient en cela une opportunité de trouver quelque chose d’autre qui correspond peut-être mieux à leurs attentes. Vous pouvez peut-être essayer de discuter de cela avec lui, pour qu’il puisse appréhender ce genre de situation différemment et y répondre autrement qu’avec du cannabis. En cherchant par exemple d'autres manières d'apaiser son anxiété, de se détendre. Nous vous joignons un article à ce sujet en fin de réponse, expliquant comment aider un proche avec le dialogue, non pas autour du produit mais autour des difficultés rencontrées.

Par ailleurs, nous comprenons bien que ces situations le fassent souffrir, cependant il n’est pas juste qu’il vous renvoie ce mal-être et qu’il vous le fasse subir. Il est important que vous preniez en compte vos limites aussi. Une relation n’est pas unilatérale, vous avez tout autant votre place dans la relation et le droit d’exprimer vos ressentis. Vous avez eu raison de venir nous en parler, il est aussi possible de rencontrer des professionnels en structure pour échanger avec eux.

Il existe des structures spécialisées en addictologie, ce sont les CSAPA (Centres de Soins, d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie) et les CJC (Consultations Jeunes Consommateurs) pour les jeunes entre 14 et 25 ans. Des professionnels tels que des médecins addictologues, des psychologue ou encore des travailleurs sociaux y travaillent pour apporter de l’écoute et du soutien. Ils accueillent aussi bien les personnes qui consomment que leur entourage, pour qui la situation est bien souvent tout aussi difficile à vivre. Les consultations y sont gratuites et confidentielles. Nous vous transmettons une adresse de structure près de chez vous ci-dessous. N'hésitez pas à les contacter pour faire un premier point avec, seule. Puis peut-être pouvez vous envisager d'y aller avec votre compagnon dans un deuxième temps.

Enfin, n’hésitez pas à nous recontacter si vous souhaitez échanger davantage avec un de nos écoutants. Nous sommes disponibles tous les jours de 8h à 2h du matin par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) et par Chat de 8h à minuit.

Avec tous nos encouragements pour vos démarches,

Bien à vous.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivan

---

CSAPA-CAARUD Oppelia VRS 41

6, rue de la Mare
41000 BLOIS

Tél : 02 54 45 46 50
Site web : www.oppelia.fr
Accueil du public : CSAPA lundi et jeudi 9-13h 14-18h mardi 9-13h 16h15-18h30 mercredi 9-12h30 vendredi 9-13h 14-18h30 - CAARUD lun14-17h (collectif) mar 9-12h (collectif) mer 14-17h (individuel) jeudi 9-12h (collectif) ven 9h30-12h30 (individuel) 14-17h (collectif)
Substitution : Mardi de 9h à 12h45 et de 16h à 18h45, Vendredi de 9h à 12h45 et de 16h à 18h15
Consultat° jeunes consommateurs : Le CSAPA assure une CJC avec une psychologue dans son antenne de Romorantin le vendredi après-midi de 13h30 à 17h30.
Service mobile : une équipe mobile du CAARUD quadrille tout le département pour mettre à disposition du matériel stérile et des informations. orientation des usagers au gré des besoins.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Comment aider un proche?