© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Besoin de parler cocaine

Par Profil supprimé Posté le 04/09/2021 à 22h24

J’ai besoin de parler avec des personnes comprennent ma détresse… je n’ai jamais touché à la drogue, et à 39ans, suite à ma séparation avec le père de ma fille, une mauvaise fréquentation qui m’a incité à de multiples reprises, il y a eu ce soir ou j’avais envie de mourir et j’ai accepté. Ma vie a été qu’un cauchemar… l’assassinat de mon premier conjoint, une mère maltraitante, la mort de mon père… mon travail face à la mort de gens que j’accompagne…
Et puis j’ai eu le courage d’arrêter. Un an… j’étais fière de moi, j’ai même de nombreuses fois utilisé mon expérience avec la cocaine pour aider d’autres personnes à s’en sortir.
Ma vie et son quotidien a été lourdement impacté de nouveau par des épreuves. Il y a 3 jours j’ai rechuter. J’avais le sentiment de me sauver d’une envie de mourir…. Mais vient le moment du réveil ou je réalise qu’après un an et un passage de deprime cette cochonnerie a encore le dessus sur moi.
Je me suis drogué cachée… et aujourd’hui je suis totalement effrayée d’avoir rechuter alors que j’étais persuadé d’être sauvée… même si en écrivant, la cocaine me dégoûte, j’en ai terriblement peur après cette rechute. A l’aide….

1 réponse

Moderateur - 05/10/2021 à 10h28

Bonjour Arthax,

Où en êtes-vous aujourd'hui, un mois après ce message ?

De fait une re-consommation n'est pas forcément une rechute. Vous avez été dépendante à cette drogue, qui a correspondu à un besoin chez vous. Vous avez de "vieux réflexes" quand certaines difficultés surgissent mais vous en avez aussi de nouveaux sinon vous ne vous seriez pas mise à écrire ici aussitôt !

Retenez que vous avez déjà réussi à ne pas consommer pendant un an et donc que vous êtes capable de continuer à le faire. Vous avez ces ressources en vous. Certes l'envie de consommer peut parfois surprendre et amener à une re-consommation mais c'est considéré comme tout à fait normal, comme faisant partie du processus de guérison. Alors ne vous mortifiez pas trop et essayez surtout de repérer ce qui vous a amené à cette re-consommation. Cela va vous permettre d'être plus vigilante et de prévoir des stratégies de réponse différentes au cas où une situation similaire se présenterait.

Il me semble aussi qu'au vu des épreuves que vous avez traversées vous avez besoin d'un soutien psychologique. En avez-vous un ?

Arthax il me semble que vous êtes forte, ne vous laissez pas abattre par cet épisode.

Cordialement,

le modérateur.