© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Mon conjoint est addict à la cocaine

Par Egaree13 Posté le 14/07/2022 à 16h55

Bonjour à tous et toutes

J’ai trouvé ce forum avec l’espoir d’y voir plus clair…

Voilà ma situation

Je suis en couple depuis 2ans 1/2 avec une personne formidable que j’aime plus que tout

Dès le départ de notre relation il m’a parlé au passé de son addiction mais j’en ai vite fait les frais (bcp de soirées sans nouvelles, des nuits entières où il ne rentrait pas, une consommation au domicile le soir pendant que je dormais etc…)

En début d’année il a eu le déclic, il a vu avec mon soutien un hypnotiseur et ça à fonctionné…jusqu’à hier!!!!

7 mois jour pour jour après son arrêt mr est parti en soirée avec un « soi disant ami qui pour moi n’en est pas un car il connaît la problématique de mon conjoint mais ne s’oppose pas à ce qu’Il en prenne cet ami là étant aussi consommateur »

et il n’est pas rentré!!
une fois rentré il avait les pupilles dilatés, la voix enrouée (c’est grâce à cette enrouement que je sais qu’Il en a pris!) bref on retombe dans cette spirale lui et moi!!!

J’étais devenue sereine on était sur une ligne droite de bonheur et bim en 1soiree tout fout le camp!!!

Aujourd’hui je viens chercher du soutien car je suis perdue
Sans cette addiction nous serions les plus heureux

Seulement elle est là et moi…bin je ne sais pas quoi faire
sur l’instant je crie, je lui dit des choses horribles, je le rabaisse, le menace de le mettre dehors de chez nous bref j’évacue

Et puis je réfléchis prends en compte cette addiction comme une véritable maladie
Je sais qu’il faut que je le soutienne mais c’est dur

Un ami qui en prends occasionnellement et qui lui a d’autres addictions me dit de l’aider, le soutenir et que cette rechute était inévitable et en quelques part s’autoriser et lui autoriser cette écartade car il a fait de gros efforts

J’entends ce discours mais j’ai peur que cette ecartade n’en soit pas une et qu’Il replonge
Il est consommateur tous les 15 jours à peu près depuis très très longtemps une dizaine d’années voir plus

Ce qui veut dire pour moi les montagnes russes niveau émotions et redescente de ma colère déception frustration. Quand ces émotions sont redescendues quelques jours après ça repart…
Quoi faire?? Le quitter alors que je l’aime et que je n’imagine pas ma vie sans lui ?
Essayer une thérapie de gestion de mes émotions afin de ne pas exploser dès le départ et l’accompagner dans la bienveillance (cela m’a paraît très difficile comme démarche pour moi!)

Bref je suis perdue et je viens chercher ici du réconfort et des conseils.

Merci de m’avoir lu
Une conjointe égarée

6 réponses

---

hedenne88 - 18/07/2022 à 09h23

Bonjour, je suis un ancien consommateur de coke, il m'a fallu beaucoup de temps pou arrêtait la coke, séjour en prison en hôpital psychiatrique, là, je suis sobre depuis 15 ans, pas facile, mais possible prenait du recul avec cette histoire, occuper vous de vous voyez des amis qui non rien à voir avec les drogues si votre compagnon et prêt à partir en cure qui se soigne qui se fasse aidait par des pros, vous ne pouvez rien faire, il faut des gens qui connaissent le sujet des addictions prenait soin de vous

Ness2 - 20/07/2022 à 07h02

Je suis dans la même situation que vous Egaree 13 ... j'ai la gorge sèche et les larmes aux yeux en lisant votre témoignage car c'est exactement ce que je vis avec l'amour de ma vie, cocainoman depuis de nombreuses années ... et je me sens aussi démunie que vous.
J'aimerais tant pouvoir trouver le moyen de l'aider à s'en sortir, parce que lui aussi a arrêté pendant un temps, mais j'ai fini par apprendre ce matin que durant ce temps ou je pensais qu'il avait été clean de A à Z, en réalité, il avait déjà rechuté une fois ... et j'ai également trouvé hier soir des papiers/billets roulés ... j'essaie de canaliser ma peur mais ma première réaction est souvent l'énervement également ...

Egaree13 - 20/07/2022 à 07h59

Bonjour Ness2

Votre témoignage me touche et en quelque part me rassure ça me montre que je ne suis pas seule.

Je suis très bien entourée mais malheureusement personne dans mon entourage ne connaît ce problème mis à part mon ami proche que j’ai cité dans mon 1er post et cela est très dur car tous me disent de penser à me préserver et que si cela devient trop dur à porter alors le quitter est la meilleure solution…

La chance que j’ai avec mon conjoint est que l’on a une très très bonne communication donc après énervement remise en question pendant des heures ,reproches etc…on se pose et on en parle

Il m’a fait comprendre il y’a quelques mois que je n’y étais pour rien et que malheureusement il ne changerait

pas pour moi mais pour lui avant tout

Je l’ai compris j’ai été voir une psy sur quelques séances qui m’a donné quelques outils et mise sur quelques pistes de réflexions quand cela arrivait afin de mieux réagir
Mais c’était il y’a 1an et aujourd’hui je n’ai pas l’impression que sur l’instant T ces outils me servent

Je n’avais jamais vécu une relation ou l’addiction faisait partie du tableau…

Alors dans les moments où tout va bien j’essaie de réfléchir à ces mauvais moments et aux solutions et comportement à avoir. J’essaie de me projeter sur du long terme avec les conséquences que cela pourrait avoir et surtout si elles seront vraiment négatives pour notre couple notre vie etc…

Je ne fait heureusement pas partie de ces personnes qui subissent le côté financier
De mon côté mon conjoint ne s’est jamais surendetté il a eu déjà quelques ardoises avec ses potes (consommateurs) mais pas sur du long terme ni même de gros soucis bancaires.
Et des qu’il n’a plus d’argent il ne cherche pas à consommer

Cela fait partie de ces petites victoires qui me donne espoir sur le long terme
J’ai aussi pris conscience que c’est un travail dur et surtout très très long
La 1ere réponse que j'ai eu à mon post en est la preuve cette personne qui m’a répondu a mis des années à s’en sortir.
En tout cas n’hésitez pas à me répondre pour donner vos ressentis, vos questionnements etc…
Avoir une oreille qui sait ce que c’est peut être réconfortante
Egaree13

Ness2 - 20/07/2022 à 09h18

Merci de votre réponse ..

Je suis dans le même cas que vous : j'ai également un ami, mon meilleur ami, ancien addict au cannabis, consommateur occasionnel de tout ce qui traine. Lui essaie de me faire comprendre qu'il faut que je laisse couler, et qu'il arrêtera un jour.
Tous ceux de mon entourage qui n'y ont pas été confronté me disent la même chose que vous : si ça devient trop dur, il faut le quitter. Même sa mère, très consciente de l'état de son fils, me dit que je devrais le menacer vraiment de partir, et de le faire si ça devient trop compliqué ...

Moi je ne veux pas ... je l'aime, c'est l'amour de ma vie. On est très heureux ensemble en dehors de tout ça, et nous aussi nous avons une belle communication ensemble (quand il ne me ment pas par ommission sur ses consommations). Il n'est jamais contre le dialogue, et on arrive toujours à se retrouver à tête reposée pour discuter.

Mais je me sens comme vous : les montagnes russes, l'impression de ne rien contrôler (et ne pas être sure d'avoir vraiment envie de ce type de relation, hypercontrolante) ...

Je sais ne pas avoir confiance en lui sur le sujet de la drogue (à force de me mentir à répétition ...), mais par contre j'ai encore la foi sur sa capacité à s'en sortir. Il a fait tellement de progrès et de chemin depuis qu'on est ensemble ... il est super fier de lui, moi aussi. On a des projets de mariage et de bébés ...
Mais comment faire pour ce que j'ai découvert hier soir et ce matin ? Il me jure sur ses grands Dieux qu'il n'a rien fait ... j'ai envie de le croire, mais j'ai un mauvais présentiment ... en même temps, s'il me dit la vérité, je n'ai pas envie de le blesser ... Comment je peux faire pour mettre de l'eau dans mon vin ? Comment être sure qu'il me dit la vérité et pas qu'il s'enfonce dans un nouveau mensonge de peur de me décevoir ?

Comme vous dites, il y a des victoires sur lesquelles s'accrocher, et des faux pas qui font douter ...
Merci encore pour votre réponse.

hedenne88 - 21/07/2022 à 12h40

Bonjour, en lisant votre post, j'ai l'impression que c'est vous qui avez un souci avec, la drogue ben non ces bien lui qui ce (drogue) comprenait le bien ces pas perso ce que je vous dis je n'ai rien contre vous, mais la coke et une telle saloperie; vous pensez vraiment que de vivre tous les jours dans l'angoisse la peur vous ne méritait pas cela personne ne mérite cela je vous souhaite beaucoup de courage prenait soin de vous.

Pepite - 22/07/2022 à 09h09

Bonjour,

Je vous invite à lire "la puissance de l'acceptation" de Lise Bourbeau ainsi que ses autres livres.

Ultra simple à lire et à comprendre. Efficace.

Vous trouverez également une écoute bienveillante sur le numéro d'écoute 0 800 23 13 13.

Comme Hedenne le rappelle, notre première mission en tant qu'humain est de prendre soin de sa personne. C'est le plus important pour avancer le plus sereinement possible malgré les blessures inévitables de l'existence.

Et c'est tout un programme car on ne nous l'apprend pas. "Faire" plutôt que de se sentir vivant...
Je vous suggère également de visionner le documentaire en Replay sur Arte : le temps des ouvriers. 4 volets exceptionnels.
Ainsi vous comprendrez mieux notre condition humaine qui évolue.

En outre nous avons la chance de bénéficier d'outils techniques (par ex internet), de supports humains (professionnels) de plus de temps pour comprendre l'essentiel d'une vie.

Je vous souhaite à toutes et à tous un chemin lumineux.

Pépite