© Drogues Info Service - 19 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Que faire qan on prend de la cocaïne seul(e) ? ????

Par Taky Posté le 10/08/2022 à 04h50

Pour la première fois, j'en ai acheté et pris seule (1g) mais je précise que d'habitude j'en prends avec quelqu'un
Et puis bah, petite déception, je m'ennuie ???? bon ça m'a permis de me concentrer et de bosser sur quelques trucs pendant 2h à peu près mais après le vide presque complet.
Je suis là dans mon canapé, à écouter de la musique, j'ai appelé désespérément des "amis" histoire de faire causette mais à des heures tardives évidement aucune réponse.
Alors, si vous avez des petits conseils sur qoi faire qan on en prend seul ????????
Je ne compte pas reïterer l'expérience d'en prendre seule, mais juste par curiosité ????
Voili voilou

7 réponses

Pepite - 26/08/2022 à 06h50

Bonjour Taky,

Je me permets de faire remonter votre fil même si je ne suis pas consommateur.
J'essaie d'avoir une réponse impeccable lorsque j'écris alors osez exprimer votre ressenti quelqu'il soit. Ce qui compte réside dans l'observation et la compréhension de ce qui retentit en nous.

Votre récit est clair et met en exergue votre peur de la solitude, votre besoin d'interaction sociale et de stimuli pour effectuer quelques tâches.

Lesquelles ?

Quel est votre état émotionnel ?

Pépite

Profil supprimé - 30/08/2022 à 13h56

Bonjour Taky,

Bravo pour avoir le courage d'écrire ici tout d'abord.
Mon expérience perso :

J'ai pris pendant des années de la cocaïne, jamais seul et toujours festif ; Dès que j'ai commencé à consommer seul et de manière non festive ca a été le début de gros ennui et de problèmes d'addictions que je n'ai toujours pas complètement réglé.
Chacun est différent mais je préfère alerter la dessus et vous conseillerais de ne pas attendre des années comme moi avant de tout perdre pour demander de l'aide a un ou des professionnels.
Au plus fort de mon addiction et pendant 3-4 mois je consommais jsuqu'a 3- 4 grammes par nuit.
Ensuite lors de rechute ce fut plutôt 1-2 gr
Aujourd'hui quand je fais un écart c'est plutôt un demi gramme mais n'empêche c'est déjà trop et surtotu cela fais 20 ans que j'oscille entre sobriété et rechute.
Force à toi.

Fox 34

Taky - 02/09/2022 à 19h34

Bonsoir à vous qui m'avez répondu
Tout d'abord merci de votre soutien
Désolée d'avoir mis autant de temps à vous répondre.

Je commence par vous: Pépite;
J'aime la solitude ahah ça peut paraître bizarre mais je me sens mieux niveau consommation, seule, qu'accompagnée (depuis mon post, j'ai reconsommé seule (d'ailleurs, aujourd'hui je m'y suis remise) et finalement j'ai passé l'ennuie en révisant car j'ai un examen très important à l'université lundi)

Mon état émotionnel en ce moment est, je dirais, pas au plus bas, loin de la, mais pas au top non plus
Je suis très très très angoissée par mon examen qui a lieu lundi et pas de bol, mon père s'est fait hospitalisé et amputé de deux orteils récemment (tout s'est bien passé, heureusement, il pète la forme ahah) mais bon voilà... Période un peu stressante !
Aujourd'hui, je me suis autorisée un petit kiff (ça faisait deux semaines,voir plus que je n'en ai pas pris, et, à ma grande surprise, pas d'état de manque, pas d'envie pressante, pas de stress par rapport au produit, je n'y ai presque pas pensé)
Je vous remercie, Pepite, pour votre réponse

Fox34,

C'est exactement la frayeur et la question que je me suis posée (et qui me trotte encore un peu dans la tête) : consommer seul est il vraiment le début des problèmes ?
En ce qui vous concerne, finalement, pas vraiment, puisque vous avez semble t-il, bien diminué votre consommation (et bravo pour cela d'ailleurs)
Je suis très consciente des risques d'addiction que je prends, et je me suis fixée un objectif : SI je réussi mon examen, j'arrête définitivement la cocaïne.
C'est bête, parce que si je le rate, que va t'il se passer....
Merci de votre réponse Fox34 et force à vous

Pepite - 05/09/2022 à 07h02

Bonjour à vous 2,

Merci @Fox34 pour son retour d'expérience et son empathie régulière auprès de consommateurs.

Il prend conscience qu'il n'arrive pas à arrêter sa conso même s'il la contrôle. C'est déjà un pas énorme. Bravo.

Il souhaite vous alerter sur le piège de la dépendance lié à l'usage des produits stupéfiants. Quelque soit le cadre. Son témoignage compte.

Pour la petite histoire la mafia n'a aucune limite ni d'éthique pour gérer le trafic de drogues qui est très lucratif.
Elle met tout en oeuvre pour que les clients tombent dans le piège afin de les rendre prisonniers de substances qui nuisent à leur santé, jusqu'à leur propre vie. Y compris des techniques de vente...c'est une économie souterraine sans cadre.

Pour cela le cartel se sert de l'inépuisable c'est à dire aux fragilités de notre condition humaine et de notre système :

- L'insouciance de la jeunesse.
- Les douleurs inexorables de l'existence qui deviennent des souffrances.
- Un milieu insécurisant.
- Les stratégies et les moyens politiques.

Le décor est posé. Vous n'avez pas d'autres solutions que de regarder, d'accepter votre vulnérabilité et ce qui est. Sachant que tout change.

Pour cela vous avez besoin d'exprimer vos émotions, vos ressentis. Ça s'apprend.

Je vous invite donc à écrire tout ce qui vous vient SANS VOUS JUGER ni classer ou trier dans un cahier type journal intime.
Un exercice au quotidien. C'est raconter par exemple que vous aviez envie d'hurler ou de taper ou même de vous suicider.
Cela paraît extrême peut-être à vos yeux ou inacceptables. Pourtant cela fait partie des pensées. La honte qui est aussi une réaction possible est à comprendre et à sortir de soi.

La prise de conscience repose sur le "je prends soin de moi" basé sur l'amour de soi et sur cet être vivant merveilleux que vous êtes (nous sommes des êtres sensibles, doués de perceptions) qui demande juste à être tel qu'il est. C'est votre chemin de vie, découvrir qui vous êtes.

Cela passe par l'observation de vos actes, de vos trajectoires qui ne sont pas votre destination.

Acceptez aussi l'aide extérieure. "Pour être soi-même, j'ai besoin d'un autre". Boris Cyrulnik.

Lorsque nous sommes incapables de nous défendre ou que nous nous sentons envahis par un problème, que les solutions ne viennent pas alors parlons en à son médecin traitant qui est là pour cela. Puis éventuellement un CSAPA si c'est envahissant. Ces soignants sont bienveillants et formés.

Selon moi, le contexte est complexe lorsque la personne s'enferme ou s'isole dans sa souffrance. Mais tout change. Ce n'est pas votre cas.

Vous, vous êtes là et cela fait une différence. Au fond de vous "quelque chose" vous interroge et c'est vers ce questionnement que vous devez clarifier votre coeur.

Apprenez à identifier vos peurs qui sont légitimes, les rejets éprouvés et ce que vous avez trouvé injuste.
Parlez ou apprenez à parler sereinement avec ceux qui comptent pour vous.
Si c'est impossible alors une autre issue s'offrira à vous.

Moi je me suis trouvée un autre modèle parental par exemple.

Ensuite le stress que vous évoquez parle de vous. Tout ce que vous éprouvez montre votre vulnérabilité alors partagez la avec ceux qui comptent pour vous. Même avec un inconnu. Nous sommes tous HUMAINS. Exprimez vos interrogations, vos inquiétudes.

En espérant vous éclairer,

Croyez que vous détenez toutes les ressources pour changer de trajectoire.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépite

Profil supprimé - 03/11/2022 à 11h00

Hier grosse conso au travail dans l'entreprise familiale et ca s'est vu...confrontation avec mon père...quel mauvais moment
La journée va être longue et compliqué, j'ai envi de disparaître...si je n'avais pas mon fils je quitterai tout pour aller sombrer la ou me mènerait ma déchéance…
Je ne sais plus que faire. Bcp trop de choses m'angoisse de manière trop prononcé, je ne sais plus si cela vient de moi ou de ce monde violent dans lequel nous vivons. Moi même je peux être violent parfois car par moment c'est la seule réponse que je trouve.
Bref période de mon anniversaire comme chaque année que je vis mal.
Force à vous, moi il va m'en falloir car j'ai l'impression ce jour que mes problèmes sont sans issues.

Djou - 11/01/2025 à 02h28

2g ce soir .... Toute seule ....après 3 mois sans ! Ça ne m'avait même pas manqué.... Je ne sais pas pourquoi j'en ai repris ... Envie d'être stimulée, j'y ai pensé toute la journée ! Je ne me flagelle pas ... Mais pour le compte en banque c'est pas top ! Et pour la santé n'en parlons pas ! Avant j'étais alcoolique ... Ça fait 1 an et 4 mois que je suis abstinence et ça ne me manque pas j'ai fait un gros travail en post cure .... La cocaïne je l'ai connue en festival , au début festif et après solitaire .... Je passé des soirées à m'abrutir d'alcool et de coke (jusqu'à 6g) et j'allais en hôpital psy ! Maintenant il y a plus d'alcool du tout et un gramme de coke ou 2 de temps en temps ! Je fais tout mon ménage et je me pose ... Mais c'est une mauvaise habitude j'en ai conscience ! En espérant réussir un jour à arrêter définitivement la c ! Car moi qui suis une grande angoissée c'est pas top la coke pour ça ! Surtout en descente .... J'ai la boule au ventre quand je n'ai plus rien , je stresse un max , je me mets à écouter mon coeur qui palpite de plus en plus vite , je me fais des films je regrette ! Ma sœur en prend de temps en temps aussi et elle , elle ne voit vraiment pas le problème... Elle ne regrette rien ... Qu'elle chance .... Ou pas .... Dans ces cas là on a du mal à avoir le déclic ! Merci de m'avoir lu.

Kenzaparis - 19/01/2025 à 21h44

Bonsoir,
Cela fait 15 ans que je consomme de la cocaïne par période.
Là j’ai repris depuis deux mois, j’en consomme 5 g tous les deux jours.
À chaque fois que j’arrête ma période, je me dis que c’est la dernière fois j’en suis même dégoûtée .
Et à chaque fois c’est la même chose sur un coup de tête, j’en commande et j’en consomme seule.
En ce moment j’en consomme avec un ami qui en consommer même pas avant je me sens coupable, ce n’est pas moi qui lui ai demandé d’en prendre c’est lui mais ça me gêne.

Je vois qu’il est devenu très dépendant.
Il vient à la maison tard le soir et on en consomme tous les deux en discutant toute la nuit jusqu’au petit matin. Puis je fume un joint, je prends des cachets car moi aussi j’étais à l’hôpital psychiatrique, je suis sous traitement, je dors et je me réveille, il fait nuit, le premier truc que je fais c’est de prendre un train.
Quand j’envoie qu’il m’en reste presque plus, j’en recommande.
J’ai un travail qui me fait gagner beaucoup d’argent, donc ce n’est pas un problème. Même si avant j’arrivais à mettre beaucoup de côté et maintenant non. Maintenant je travaille pour ma Conso.
La seule solution qu’on a trouvé pour arrêter au moins pendant un mois c’est d’attendre le mois de ramadan.
Il y en a-t-il qui sont dans la même situation que moi ?