© Drogues Info Service - 17 juin 2025

Forums pour l'entourage

Compagnon accro au crack , je suis à bout

Par Nina92 Posté le 02/09/2022 à 04h05

Bonjour à tous,

J’ai découvert il y a plusieurs mois que mon compagnon consommait du crack. Au début, je ne savais ps vraiment ce que c’était et ne réalisait pas à quel point c’était grave.

J’ai remarqué depuis le début de sa consommation une augmentation vraiment considérable, avant c’était vraiment de temps en temps et quand je lui en faisais part il faisait l’effort de ne rien consommer durant des semaines. Je pensais naïvement qu’il pouvait arrêter seul. Maintenant il consomme tous les jours… ça a tout ruiné.

Au début il niait en bloc sa consommation mais depuis quelques temps il se confie qu’à moi, on avait donc «conclu un deal » (je pensais que cela était un grand pas pour lui d’enfin en parler) , il a prit rdv au csapa et jusque là dans le but qu’il arrête j’acceptais qu’il consomme a notre domicile. Car avant cela il disparaissait pendant des jours sans donner de nouvelles et revenait dans un sale état, je n’en pouvais plus.

Ça fonctionnait bien car je pensais au rdv qui approchait, et il communiquait beaucoup là dessus. Arrivé à la date du rdv, j’ai eu l’impression qu’il changeait d’avis, il a dit être capable d’arrêter seul, minimisait les choses etc
Sauf que, depuis rien n’a changé, il consomme toujours tous les jours. Je sais bien que l’arrêt est compliqué, mais je ne sais plus quoi faire et je pense également à moi, cette vie là est un cauchemar, je ne dors pas la nuit, de plus je suis enceinte et je m’inquiète pour l’avenir de notre enfant. Je suis partagée entre l’envie de fuir tout ça et retrouver une vie «normale » et continuer à le soutenir en y laissant sûrement une partie de mon bien être.

Son comportement a complètement changé, il est devenu parano, s’énerve très vite etc
Heureusement que je suis bien entourée, ça me permet de pouvoir me confier mais personne ne comprend réellement ce que je vis au quotidien. Des fois j’ai même l’impression que c’est moi qui consomme tellement ma vie est rythmée par ça.
J’aimerai pouvoir échanger avec des personnes vivant ou ayant vécu cette situation mais aussi des personnes dépendantes ou ayant été dépendantes.

Merci beaucoup

1 réponse

Pepite - 02/09/2022 à 16h18

Bonsoir Nina92,

Soyez la bienvenue sur ce forum.

Je vous répondrai la semaine prochaine puisque le week-end est OFF pour les forums.

Appelez la ligne d'écoute. Partagez vos peurs. Écrivez sur un cahier tout ce que vous ressentez. Indispensable.

En attendant, je vous propose un week-end calinou thérapie.

On se cajole, on se console, on laisse le corps s'exprimer. On lâche prise en se connectant à ce qui nous fait du bien.

La vulnérabilité et la fragilité rapprochent les humains. On ne juge rien, on se relie et on ressent.

Prenez soin de vous.

A bientôt,

Pépite