

Vos questions / nos réponses

## je l'ai pris le nez dans la poudre

Par [didou63](#) Postée le 02/09/2022 09:54

J'ai pris mon conjoint le nez dans la poudre hier soir, c'est pas la 1ere fois, je lui ai déjà dit je ne veux pas de ça chez moi soit il se soigne soit il part. mais je crois que ca ne fonctionne pas, il se cache il me ment. Ca va faire 20 ans que nous sommes ensemble nous avons 2 enfant de 17 et 11 ans. a chaque fois que j'ai trouver de la cocaïne dans ses poches il avait toujours une bonne raison (si vous voyez ce que je veux dire !) : c'est pas a moi ! c'était juste pour essayer ! je te jure s'était la première fois ! c'est pas grave tout le monde le fait ! tu dramatises ! Hier soir je l'ai pris en flagrant délit de snifage de coke dans notre salon, notre fils n'était même pas couché , il aurait pu le voir... et la j'ai eu la pire de toute les excuses du monde "arrêtes c'est rien c'est juste pour pouvoir jouer a la console !" Je ne comprends pas, je suis perdu, c'est le père de mes enfants on en a 20 ans de vie commune il ment il triche me vole de l'argent me fait passé pour une idiote. j'ai tout accepté tout mais la c'est trop je ne vaux pas de ca chez moi je crois que je dois le quitté mais je ne sais pas comment et en même temps j'ai peur pour lui que va t il devenir si je lui enlève tout. Je ne sais plus quoi faire

---

**Mise en ligne le 05/09/2022**

Bonjour,

Nous avons le sentiment que vous souhaitiez à travers ce message, échanger avec d'autres internautes comme le permettent les rubriques « forum des discussions » ou « témoignages ». Si c'est le cas, nous vous transmettons en bas de page ces deux liens pour que vous puissiez publier votre texte.

La rubrique « nos questions/vos réponses » permet de poser une question à un professionnel de Drogues-info-service.

Nous allons tenter de vous apporter quelques pistes de réflexion pour vous aider dans cette situation.

Votre conjoint consomme de la cocaïne et récemment, vous l'avez surpris dans votre salon. Il minimise sa consommation et son discours vous désarme. Vous ne dites pas quand les premières consommations ont commencé ni à quel rythme il lui arrive de prendre de la cocaïne.

Néanmoins, il consomme seul, dans un contexte qui n'est ni exceptionnel, ni convivial, ni festif. Nous comprenons que cela puisse vous surprendre et vous paraisse incompréhensible. Une consommation isolée est un des critères qui peut mener vers une consommation problématique.

L'idéal serait qu'il prenne conscience que son comportement n'est pas anodin.

Or, pour qu'il se remette en question il serait intéressant de le questionner sur les effets qu'il recherche. Les raisons pour lesquelles il lui semble normal de prendre de la cocaïne pour jouer aux jeux. Qu'est ce qui se passe pour lui en ce moment ? Connait-il des contrariétés, des difficultés d'ordre émotionnel ou psychologique ?

Tentez de privilégier un dialogue apaisé, sans vous énerver ou vous laisser déborder par vos émotions pour permettre un échange constructif. L'intérêt serait qu'il ne se sente pas jugé pour être en capacité de réfléchir et idéalement prendre conscience de son attitude.

Nous vous conseillons d'exprimer de votre place de conjoint, en quoi son comportement vous inquiète et ne vous semble pas adapté à la vie de famille.

Essayez dans la mesure du possible d'utiliser le « je » plutôt que le « tu ». Comme par exemple « je supporte difficilement cette situation et suis inquiète », plutôt que « tu as un problème et tu me prends pour une idiote », etc.

L'idée principale est de lui formuler l'impact de la situation sur vos ressentis et sur votre moral. Pointer du doigt sa consommation ou exiger qu'il cesse peut l'amener à nier davantage, à se cacher et à ne pas entendre en quoi cela vous fait souffrir. Il est le seul à pouvoir admettre si c'est un problème pour lui et à décider de changer.

Si vous sentez que cette situation vous dépasse complètement et qu'elle vous fait souffrir, vous avez la possibilité d'en faire part à des professionnels en addictologie pour avoir des conseils.

Il existe des consultations destinées aux proches de personnes usagères de produits licites ou illicites en Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Médecin addictologue, infirmier, psychologue reçoivent toute personne concernée de près ou de loin par une addiction ou une consommation problématique. Cela pourrait vous permettre d'être conseillée dans votre positionnement et de vous aider à prendre les bonnes décisions pour vous. Les consultations sont confidentielles et gratuites.

Vous trouverez un lien en bas de page vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver un CSAPA dans votre ville. Il vous suffira d'y indiquer votre ville et de sélectionner « soutien individuel ».

Si vous ressentez le besoin d'échanger sur ce qui vous préoccupe avec un écoutant de Drogues-info-service, sachez que notre service est accessible au 0800 23 13 13 (appel gratuit et anonyme), 7j/7 de 8h à 2h ou par tchat via notre site internet 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h les week-ends.

Bien à vous

---

**En savoir plus :**

- [Forums Drogues info service](#)
- [Témoignages Drogues info service](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)