© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

quoi faire

Par Evagelyne94 Posté le 13/05/2023 à 07h44

Bonjour

Je vous contacte car je suis en couple avec un homme qui prend de la coke et de plus en plus fréquemment.
Son comportement se dégrade et surtout avec moi, je suis sa principale cible.
Je suis complétement destabilisée, perdue et je ne sais plus quoi faire.
J'ai essayé d'être compréhensive, gentille, à l'écoute. J'ai essayé de lui faire peur en le quittant.
Quand il sort de ses crises, il promet de ne plus recommencer mais il ment et recommence à chaque fois.
Il m'accuse de le tromper, lui mentir, le manipuler, me fait du chantage etc ...
Sa vie et la mienne sont son enfer.
Je ne sais plus quoi faire et même s'il est possible de l'aider à vouloir s'en sortir.
Il consomme même quand il est avec ses enfants.
Pouvez-vous m'aider ? me conseiller ?

Je vous remercie car je me sens seule.

Sandra

5 réponses

Oce31 - 17/05/2023 à 13h25

Bonjour Sandra
malheureusement il y a toujours un début la cocaine amène dés crise de violence et les compagnes sont les principal concernées
J’ai eu ce problème avec mon conjoint et cela va être très dur pour toi
Je te dirais de te séparer de lui car après c’est pire si ne décide pas de se soigner ou voir quelqu’un il faut déjà qu’il reconnaisse qu’il a un problème liée à ca
Même si tu l’aime reste loin de lui
Tu vas te brûler les ailes
Bon courage à toi

Evagelyne94 - 17/05/2023 à 16h55

Bonsoir
Merci à toi pour ton message, je souhaite de tour coeur qu'il souhaite se soigner mais j'entends la même chose à chaque fois.
Aujourd'hui je deviens celle qui crée les disputes mais personne ne sait que je subis mais le souci c'est que je pête un câble alors que je ne devrais pas.
Mais la fatigue fait que j'en arrive là.
Me faire insulter tous les jours, je n'ai plus de patience.

Amandine77 - 14/06/2023 à 12h38

bonjour Evagelyne,

ton témoignage me touche. Je partage également ma vie avec un homme dépendant à la C. (entre autre)
je me suis rendue compte que les attaques verbales sont bien souvent en relation avec la colère qu'ils ont en eux.
Car dans ces accès de colère c'est finalement ce qu'il se reproche .
Moi j'ai souvent eu le droit à " tu ne me dis pas tout " " tu es une conne" ... et il est tellement insistant avec les meme attaques que j'ai compris que c'était de la projection.
Actuellement, y a quasiment plus de violences verbales car après une ième crise je suis partie deux semaines complètes ...
Ca n'a pas résolu les addictions au contraire même(alcool+ C + cannabis) mais on se comprend au premier mot de travers .

Pour ma part , je souffre des trop nombreux mensonges , des nuits courtes car il ne dort pas beaucoup et qu'on reste ensemble .et le déni de la dépendance.

ce n'est pas toi qui créé les disputes , je te rassure c'est tout ce rythme qu'il t'inflige , c'est l'inquiétude qui te ronge et la fatigue morale . je pense que quand il a pas consomme tu peux lui poser tes limites. Dans le sens ou tu as compris que tu ne pourras l'empêcher de consommer, ni le soigner , mais qu'en contrepartie il te respecte . toute maniere des qu'ils sont sous produit, il vaut mieux éviter toute discussion compliquée.. faut se retirer du conflit .

Bon courage

Profil supprimé - 19/06/2023 à 20h26

Bonjour,

vue la situation,

je ne peux que te conseiller de tourner la page et de partir. pence à toi et tes enfants tu as l'air d'en avoir déjà fait beaucoup....

Evagelyne94 - 20/06/2023 à 08h38

Bonjour Amandine77

Merci pour tes mots, effectivement tu résumes bien ce que je vis et ce que d'autres personnes vivent au

quotidien.
Les menaces, les accusations, les insultes, c'est épuisant et invivables.
Je suis de nouveau accusée de tromperies, alors qu'il a été au Hellfest et que dès son arrivée le 1er soir, il a pris de la coke et a soi disant discuté avec une nana, mais qu'il n'a pas voulu danser avec elle ....
j'en déduis qu'il a couché avec, sachant qu'elle aussi en a pris.
Et le pire est qu'il est toujours en contact avec elle, elle lui correspond plus et elle l'autorise à en prendre, chose que je ne cautionne pas.

Rien ne change ni ne changera.

C'est difficile de le laisser car je suis attachée, mais il ne s'arrêtera pas et au contraire, il consomme sans souci.

Il faut que je laisse tomber.

En fait je cherche un groupe de parole, je ne sais pas si cela existe dans la région parisienne.

Merci Amandine