© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Soutiens de l’entourage

Par TaBelle Posté le 10/10/2023 à 08h31

Bonjour,

Je ne sais pas par quelle phrase commencer.
Peut-être une courte présentation : j’ai 24 ans, maman d’un petit garçon et en couple avec quelqu’un qui a des addictions.

Au final, je n’ai personne à qui en parlais mais la situation me pèse en ce moment. Devoir tout garder et ne pas pouvoir se confier c’est compliqué. Je voulais savoir si il existe des groupes de paroles ou des chats pour l’entourage. J’ai déjà contacté CSAPA mais ils me disent que je ne ressort pas de leur accompagnement. Et du fait que je travaille en journée il m’est impossible de prendre des RDV sur ce temps.

J’écris énormément, mais ça ne fait pas tout je n’ai pas de réponse et pas de soutiens avec mon journal.. Mon conjoint est présent on parle beaucoup mais cette période est vraiment complexe. Je suis à fleur de peau, je pourrais lui dire des choses blessantes sans le vouloir et je m’y refuse.

Si jamais il y a des gens qui ont des contacts ou qui sont partant pour crée un petit groupe d’entraide pour l’entourage ça me plairait bien.

Bisous à vous

4 réponses

SoGood0611 - 10/10/2023 à 11h59

Bjr TaBelle

Je suis dans la mm situation, mon conjoint est addict a la cocaïne et a l’alcool ainsi qu’au sexe…

Je suis partie de la maison dimanche soir car son attitude n’était plus supportable enfin les mensonges surtout.

Je ne sais plus cmt réagir ni quoi fr pour l’aider je suis démuni sachant qu’il nie !!!

Et toi a quoi est-il addict ?

Bien à toi

TaBelle - 10/10/2023 à 12h09

Il consomme de la cocaïne de temps à autres. Et ce qu'il lui pose problème surtout c'est qu'il a un traitement sous méthadone. En règle générale on discute beaucoup et il me ment pas. Mais depuis quelques jours j'ai l'impression qu'il le fait…

Il a toujours était honnête sur ses consos, éclairé et clair sur le fait qu'il ne souhaite pas totalement arrêté. Mais suite à un événement c'est plus la même chose du tout.

Il est constamment endormis alors que d'habitude c'est un pro des insomnies il est à deux à l'heure. Il ne fait quasiment plus rien à la maison alors que de base il s'occuper de tout.

Tu es partie pour souffler ou tu l'as quitte ?

Loorent - 10/10/2023 à 18h59

Bonjour ..
Pfffff ..
Dur dur tout ça de vivre avec quelqu'un qui est addict…
Moi c'est ma copine qui fume, ..
En fait quand elle en a, elle commence à fumer , tout paraît léger, elle est marrante et tout est simple…
Au bout de quelques jours sa consommation augmente, et elle commence à fumer joint sur joint et là, ça me fait très peur… Ça m'angoisse beaucoup pour ses poumons pour sa santé et son humeur est plutôt du genre amorphe qu autre chose..
Du coup , elle se dégoûte elle-même de tout ça et c'est sa manière d'aller vers l'envie d'arrêter… Ensuite , souvent elle arrête le tabac en même temps ..
Et la , franchement chaud devant .. :/
Mieux vaut ne pas être dans ses parages, généralement j'en prends plein la gueule… Ses enfants aussi, elle peut déprimer pleurer, et surtout être extrêmement violente psychologiquement avec nous…
Ensuite elle se remet à fumer la clope ce qui calme un peu les choses jusqu'au prochain épisode qui se passe exactement là de la même manière..
En fait c'est fou mais c'est depuis aujourd'hui, grâce à ce forum, que je réalise que toutes ces crises sont essentiellement dues à sa consommation… !

TaBelle - 25/10/2023 à 18h09

Salut Loorent, je viens juste de voir ton message. Je comprend que cela n'est pas simple pour toi et difficile à comprendre pour les enfants.. Se rend t-elle compte de son comportement.

Perso, j'ai filmé mon conjoint lorsqu'il consommé et toute la soirée qui suit pour qu'il voit une fois redescendu son comportement. Ça l'a quand même un peu choqué. J'ai fait ça non pas dans ce but ou bien pour l'engueuler mais simplement pour qu'il voit ce qu'il devient à ce moment là. Il ne s'y attendait pas.

Il a pris conscience que cela pouvait être difficile à vivre pour moi. Et il a bien diminué ses consos. Il est resté plusieurs mois sans consommer et il a vraiment bien géré.