© Drogues Info Service - 17 juin 2025

Forums pour l'entourage

Que faire quand son conjoint reprend de l'héroïne

Par Lulix42 Posté le 04/12/2023 à 16h17

Bonjour. Mon conjoint à repris de l'héroïne ce wekend et je ne sais pas quoi faire. Je pensais qu'il avait Arrêté depuis 1an et demi, il m'a juré droit dans les yeux vendredi qu'il ne prendrait rien ce wekend (on était de fête car toute façon y'en aurait pas). Et finalement je me suis rendu compte que c'était faux et qu'il en avait acheté lui même vendredi... Je l'ai mis dans le fait accompli, il a avoué, s'en veut beaucoup, dit qu'il va se faire aider,ne sais pas, pourquoi il a fait ca... Mais je ne le crois plus...surtout qu'on est en projet bébé donc c'est dure de tout quitter....
Comment arrivez vous à gérer tout cela. Je l'aime mais je sais pas si je reste pour de bonnes raisons...

2 réponses

Pepite - 05/12/2023 à 09h30

Bonjour,

Lorsque je lis tous ces témoignages de femmes qui souffrent, je suis triste pour elles.

Triste parce que vous êtes insécurisées à cause du malheur provoqué par des conduites à risques de vos compagnons de vie qui se maltraitent.
Alors, sécuriser un bébé dans une niche sensorielle aussi stressante, c'est impossible.

Ces hommes sont addict. Nous sommes tous différents avec des histoires complexes. Mais nous n'avons pas les mêmes facteurs de protection pour affronter les inexorables difficultés de l'existence.
Nous sommes des êtres vulnérables.
Le piège (festif, identitaire, shoot agréable, évasion, besoin physiques...) apporté par des substances toxiques pour la santé les emprisonne dans des schémas négatifs répétitifs.

La honte s'invite dans le dialogue tout comme l'humiliation, le rejet, l'abandon. Les blessures ont besoin de mots. Faire le récit de soi est déjà un pas vers un dialogue.
En disant "JE me sens mal face à ta consommation de..., j'ai peur de...", c'est ouvrir un espace vers vous, vers vos émotions et montrer à l'autre que votre personne a des besoins.

Ici il n'est pas question de les juger mais de réaliser qu'eux seuls peuvent décider de se soigner. Et que votre regard reste bienveillant...avec des limites, vos limites.

S'aimer c'est vouloir le meilleur pour soi-même.
Alors je vous invite à réfléchir à vos valeurs, à vos attentes.

Prenez du recul face à votre couple.
Qu'est-ce que faire couple ?
Quels sont vos projets ?

Ne restez pas seule avec vos états d'âme. Vous pouvez écrire dans un cahier ce qui vous submerge.
En parler avec un professionnel pourrait aussi vous éclairer sur votre fonctionnement.

Prenez soin de vous, c'est le plus important.

Pépite

Lulix42 - 06/12/2023 à 09h16

Merci pour votre message tout a fait juste...
Il a pris rendez vous de lui même chez un hypnotherapeute (il n'avait pas aimé ces rendez vous avec le psy...)
On en à beaucoup parlé, il a répondu à beaucoup de mes questions... Je sais qu'il y aura toujours ce "petit démon" comme il l'appelle qui de temps en temps lui glisse des choses à l'oreille qu'il ne devrait pas écouter...
J'espère de tout coeur qu'il arrivera à s'en sortir... Pour lui... Pour nous...
Je vais effectivement également parlé à quelqu'un aussi car émotionnellement c'est assez dur à gérer..
Merci a vous . Prenez soin de vous également
Lucie