© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Triste réalité

Par Harmonie42 Posté le 10/08/2024 à 10h20

Mon conjoint base sa cocaine il me dit qu’il peut arrêter mais je ne le crois pas…. Je devine à sa voix quand il a consommé et ça me rend tellement triste….
Dans sa spirale lorsque nous passons les soirées ensemble il n’a plus de limites me réveille pour faire l’amour et m empêche de me rendormir imaginer comment j arrive au boulot… sans compter qu’il est parano….
Existe t’il des groupes de parole pour l entourage j’ai besoin de l avis de spécialistes avant que je me perde de nouveau

3 réponses

---

hedenne88 - 12/08/2024 à 09h21

Il faut qu'il se fasse suivre par un pro, eux seuls savent comment soigner prenait du recul penser à vous prenait soin de vous attention au compte bancaire qu'il ne fonde pas comme neige au soleil. Je ne suis pas un pro, je suis abstinent depuis 20 an.
C'est un long chemin pour échapper. Au dealer, j'ai changé de région de vie de boulot. Voilà courage a.

Charliiie - 12/08/2024 à 13h37

Bonjour Harmonie42,

Je lis beaucoup de détresse et un appel au secours dans ton message.
Je vis un peu la même chose alors je tiens à te répondre, un peu en vitesse car je suis au travail.
Il me paraît important que tu bénéficies d’une première écoute via la ligne d’appel de ce site. Tu trouveras le numéro gratuit en haut de la page.

Personnellement, je vis la situation depuis deux ans et j’ai un suivi individuel qui m’aide à tenir et à me poser les bonnes questions et travailler les limites.

Ne reste pas seule avec ça surtout car c’est trop prenant!

Sur ce forum tu trouveras des postes et personnes qui te soutiendront.

La discussion sur la paranoïa peut peut-être t’aider. J’y suis aussi active.

Bonne chance ????
Prends soin de toi et tes besoins primaires (comme dormir et manger!)

Claralala - 18/08/2024 à 10h30

Bonjour,

Tu es dans une situation très difficile, ton conjoint peut s’en sortir mais il va lui falloir beaucoup d’aide et de temps, et surtout il va le faire à son rythme qui ne sera pas forcément tout de suite. Son comportement a l’air de te créer beaucoup de détresse.
Il existe beaucoup d’aide pour les accompagnants/proches, selon où tu habites, tu dois avoir un CSAPA - appel les et demande un rdv. Ils te verront et t’accompagneront dans cette situation. C’est gratuit.
Tu peux aussi prendre rdv avec un psy spécialisé en addiction.
Certaines associations comme alcoolique anonymes ont des réunions pour les proches de personnes dépendantes(Al anon). Le produit n’est pas le même mais l’addiction touche les proches de la même façon. Une bonne solution si tu préfères parler avec un groupe. Sur internet tu trouveras des variantes comme narcotiques anonymes (Réunions par Skype)

Bon courage, commence par le CSAPA de ta ville, ils auront toutes les ressources pour te guider.
Prends surtout soin de toi.