© Drogues Info Service - 5 mai 2025

Forums pour l'entourage

Appel au secours d’une amoureuse désespérée et profondément triste

Par chachalolotte Posté le 10/03/2025 à 22h51

Bonsoir
Je suis depuis 2 ans beaucoup de témoignages sur ce site, j’ai appelé plusieurs fois le numéro de drogue info service et y ai toujours trouvé du réconfort.
J’avais besoin de vider mon sac, de raconter mon histoire, et d’avoir des avis neutres et sincères.
J’essaierai d’être brève.
J’ai rencontré mon copain en avril 2023. Ça a été un coup de foudre immédiat. Une entente et une alchimie que je croyais réciproque.
Il avait de grosses fragilités, et moi aussi. Il avait perdu un frère qui s’était suicidé 4 ans plus tôt, et très vite j’ai comoris que qqch clochait : silences de 24h puis il me disait qu’il s’était endormi pendant 24h sans se réveiller, agressivité dans ses messages d’un coup sans raison. Il m’a vite avoué qu’il souffrait d’addiction à la cocaine qu il fumait (donc crack). Mais que j’étais son déclic et qu’avec moi il se sentait enfin prêt à ne plus y toucher (il en prend depuis l’adolescence et il en a 42). Au lieu de fuir, j’ai trouvé ça tellement touchant qu il me fasse confiance et se confie à moi, que je ne l’ai pas du tout quitté, au contraire quelque part je l’aimais encore plus, et je pensais réussir à l’aider et à lui donner envie d’autre chose (très mauvaise idée le rôle du sauveur).
Ça a été idyllique quelques semaines, et ensuite il s’est mis à devenir agressif avec moi, à me critiquer, à m’insulter, et ça a été crescendo dans la violence et la toxicité.
Quand j’essayais de parler avec lui de ses consommations, il niait tout et me traitait de dingue qui devait se faire soigner, du matin au soir j’avais des messages d’insultes. Il coupait son téléphone, pendant des jours et des nuits, et moi j’étais morte de peur, je l’appelais sans arrêt, je me suis retrouvée à appeler les pompiers pendant qu il était peut être mort chez lui, ou la police pour le géolocaliser chez son dealer défoncé depuis 48h.
Depuis deux ans, c’est ça: des périodes de grosse violence (jamais physique) suivies d’accalmie où il est une autre personne, doux, attentionné et aimant. Et moi, je n’arrive pas à imaginer la vie sans lui.
Je suis désespérée ce soir parce que depuis 3 mois, il suivait une thérapie chaque semaine (il est diagnostiqué borderline) et je voyais de vrais progrès entre nous, on se retrouvait doucement et on a même pu faire un week end en amoureux (le seul en 2 ans).
Je suis partie en vacances avec mes enfants 10 jours, il est resté chez moi pendant ces 10 jours (il vit chez ses parents parce que ne peut pas se payer de loyer pourtant il n’a pas d’enfants et gagne 2600€ net par mois).
Quand je suis rentrée, j’ai retrouvé de la cocaine sur la table de chevet, et il avait vidé mon armoire à mouchoirs, avec le nez explosé. Et depuis, tout recommence encore: insultes, silences, accusations complètement dingues sur moi. Et moi qui pleure, qui souffre et qui le harcèle parce que j’ai peur pour lui.
Alors ma question, c’est : comment sortir de cette spirale affreuse? Comment l’aider sans me faire de mal à moi? Comment lui donner l’envie vraiment de se sortir de tout ça?
J’ai du qu il m’avait déjà trompée. Et depuis des qu il disparaît, je ne peux pas m’empêcher qu’il me trompera encore.
Je ne sais rien de ce qu’il fait quand il disparaît, il me dit dormir dans sa voiture et « se faire du mal ». Quand

je lui parle de drogue il nie tout en bloc.
Deux ans à espérer qu il me fasse enfin confiance, et qu’il me parle sans me mentir.
Je ne sais plus quoi faire ni espérer… c’est très dur.

9 réponses

Anne - 11/03/2025 à 16h08

Désolée mais vous ne le sauverez pas, il ne mérite pas de vous épuisée. Il y a 5 ans j'ai découvert que mon conjoint depuis 20 ans m'avait trompé il chasse sur des sites de rencontres. 1 an plus tard j'ai trouvé de la coke dans la cave il m'a dit c'est festif .. je savais qu'il avait été en cure de désintoxication à 20 ans c'était son passé je ne l'ai jamais critique pour ça. Et la après une énième engueulade pour vendre la maison il m'avoue sombrer, qu'il est au fond du trou depuis 2 ans. Moi j'essaie d'avancer en prenant un nouveau travail qui me permet de partir la semaine et revenir le we pour surveiller. Je ne peux le mettre a la porte car il est chez lui, mais il faut tout lui dire. Il arrive a travailler mais en dehors il n'a plus de neurones, il est incohérent, il ment et il est décalé, il est de mauvaise fois, il refuse de me signer une reconnaissance de dettes de plusieurs milliers d'euros. Protégez vous.

chachalolotte - 12/03/2025 à 15h20

Merci pour votre reponse. Avez vous des enfants ensemble ? Est il dénigrant aussi avec vous (insultes, silences radios, dénigrement avec ses proches sur votre dos) ?
Je ne sais plus si son comportement est lié à la drogue, ou à son trouble borderline. Je ne sais plus comment m en sortir moi, parce qu’en attendant, je sens bien que c’est moi qui vais vraiment très mal, bien plus que lui je crois….
À force de l’entendre me répéter que je suis .taree, je vais vraiment le devenir je crois

DianeFlo - 04/04/2025 à 16h42

Votre historie est très touchante. Je vis une historie assez similaire malheureusement. Protégez vous et protégez vos enfants. La première démarche ce serait peut être de votre un professionnel de santé qui vous aide vous à y voir plus clair et vous accompagne pour vous sentir mieux et avoir une écoute.
Il faut le vivre pour comprendre… gardez confiance en vous.

Anne - 05/04/2025 à 15h53

Bonjour c'est vrai que j'ai l'impression de devenir folle, parce que je ne sais pas comment lui parler pour le faire bouger. Lui ne me dénigre pas sauf pour dire qu'il a l'impression d'être sous surveillance et que je fais la gueule quand il sort... Le problème n'est pas quand il sort mais plutôt quand il rentre à 6 h du mat et qu'il se lève à midi avec une tête de déglingué à 52 ans!. En plus il était prévu de faire quelques travaux de finition pour vendre la maison mais ça l'emmerde et c'est loin d'être sa priorité! Donc il ne fait rien et il oublie ce qu'il a à faire. L'autre jour pour une visite de la maison il pensait qu'il n'avait que la vaisselle à faire alors que je lui avais dit la veille. Je ne peux pas compter sur lui, tout est faux dans son comportement et ses paroles. J'ai appelé la maison des addictions mais avec la psy j'ai eu l'impression que c'est moi qui ai un problème. Elle me demande pourquoi je reste alors que je suis obligée de payer le loyer à moitié... Bref je ne sais pas sur qui m'appuyer. Je pense que je vais retourner voir un psy. Heureusement je n'ai pas d'enfants à gérer dans ce film d'horreur. Faites en sorte de partir le plus vite possible pour ne pas y perdre plus, car il n'y a rien à gagner. La

seule chose qui les tient concentrés c'est la drogue, là ils savent s'organiser, cacher et mentir à tour de bras. Ne laisser pas des enfants grandir dans ce modèle de couple. Vous l'aimez mais lui aime la drogue avant vous. Dites vous que vous ne pouvez rien pour lui qu'il ne veuille. Perso je ne sais toujours pas comment me débarrasser de lui sauf en vendant la maison mais pour ça il faut un acheteur.... Mettez en place une stratégie qu'est ce qui est important pour vous, abandonnez ce qui ne l'est pas. Bon courage !

KaribouFr - 05/04/2025 à 16h45

Coucou j'espère que tu vas bien, je suis vraiment désolé pour ce qui t'arrive je sais à quel point ce n'est pas évident....

J'avais un ex qui était cocaïnoman, alcoolique.... Dealer.... Anyway...

De mon côté il me reprochait parfois d'avoir des médicaments comme de la morphine ou encore des psychostimulants pour mon hypersomnie idiopathique.

Je prends trop de médicaments.... Désolé si je suis séropositif, si j'ai une spondylarthrite ankylosante, une hypersomnie idiopathique.

Anyway.... Je ne te connais pas ma belle mais je te parlerai comme si je parlerai à une sœur que je pourrais avoir : prends soin de toi avant tout!

Pour toi (car tu ne peux travailler que sur toi tu ne peux pas forcer quelqu'un à travailler sur lui s'il ne veut pas) : va voir un psychologue, pour parler de tout ce que tu vis. Voir ce qui te retient dans cette relation, voir comment te protéger aussi de ce que tu peux ressentir qui est totalement légitime.

Après tu peux te rapprocher aussi de certaines associations pour les personnes qui sont borderline, pour mieux comprendre la maladie, pour parler avec des gens d'une association pour mieux accompagner cette personne que tu aimes.

Pour lui : se faire accompagner en addictologie. Se faire accompagner par un psychiatre ainsi que par un psychologue. Groupe de parole. Dans le cadre de l'addiction à la cocaïne sans alcool, le modafinil (un psychostimulant que j'ai eu dans ma maladie) a eu des résultats à peu près bon dans le cas de sevrage il me semble.

JE NE SUIS PAS MÉDECIN, JUSTE FORMATION DE NATUROPATHE PLUTÔT SCIENTIFIQUE ET PATIENT EXPERT.

Après je viens de penser à ça, utilise la théorie des cuillères dans le cas de la maladie, tu trouveras ça facilement dans les photos Google.

Tu peux comparer ta relation avec lui avec la théorie des cuillères échange un peu les thermes pour lui montrer ce que tu vis peut-être il prendra conscience un peu mieux sans que ceci soit blessant.

N'hésite pas à utiliser la communication non violente qui s'appelle aussi CNV. C'est abolir le TU pour une place au JE.

Tu auras des documents, des exemples de communication non violente sur Google, des vidéos aussi d'explication sur comment faire sur YouTube ainsi que des livres très intéressants.

Si tu es d'accord, même si on se connaît pas je ne sais pas où tu habites, je peux te laisser un moyen de me contacter et si je peux contribuer à faire que ça aille mieux entre vous ça me fera plaisir mais avant tout que ça aille mieux pour toi sera plus important pour moi.

Je t'embrasse très très fort avec toute ma compassion.

Chatbot - 06/04/2025 à 12h24

Bonjour
Je suis desolee pour vous mais au vue de votre situation, seul votre compagnon doit avoir le declic, ou des reseaux professionnel addicto peuvent l'accompagner.
Restez bienveillante et ferme question limites.
Certes sa souffrance est veritablement ressentie mais consommateur addict depuis le plus jeune age et étiqueté plus ou moins border line, la vie sera Toujours compliquée.
Restez amis, de loin.
Protegez vous ainsi que vos enfants qui vivent cela en premiere ligne.
Ne vous laissez pas prendre à ses sollicitations sous couvert de changement.
Je pense que la situation est complexe. Vous ne pourrez pas l'aider.
Aidez vous en vous preservant.
Pro addicto depuis 25 ans, en premiere ligne.

chachalolotte - 08/04/2025 à 07h56

Bonjour à toutes et tous,
D’abord, je voulais vous remercier de tout mon cœur d’avoir pris le temps de me répondre. Ça me touche beaucoup, vous ne me connaissez pas et vous prenez quand même de votre temps pour m’aider.
Merci pour votre empathie et vos conseils.
Je ne connaissais pas du tout la théorie des cuillères, je vais regarder.
Je suis suivie par un psychologue depuis que j’ai fait une dépression l’année dernière (arrêt de travail de 2 mois), je le vois chaque semaine et en ce moment 2 fois pr semaine.
J’ai fait quelques séances d’hypnose pour reprendre confiance en moi et comprendre que ce dont m’accusait mon copain n’était pas vrai.
Au final, j’ai un suivi plus poussé que lui qui ne voit qu’un infirmière au CMP du coin.
J’ai appris que j’étais enceinte de 6 semaines… je lui ai annoncé ma grossesse, mais il était tellement enlisé dans ses consommations qu’il a continué à m envoyer des mails de menaces, d insultes, pendant 2 semaines, sans même venir me voir ou me serrer dans ses bras.
Il a finalement tenu à ce qu’on prenne un rdv pour une thérapie de couple, nous sommes donc allés au premier (et dernier) rdv hier matin.
Pour la première fois en deux ans, je n’ai pas eu peur de lui ni des conséquences de mes mots, je regrette la forme (j aurais dû effectivement utiliser davantage la CNV que je connais bien) mais pas le fond. J’ai vidé mon sac pendant un heure, devant 2 psys et lui. J’ai expliqué chacune de ses tromperies, ses mensonges, son déni de se droguer quand je sais très bien ce qu’il consomme (150g de cocaine par mois quand il est en période de fortes consommations). J’ai expliqué qu’il n’avait jamais voulu vraiment se soigner, et que je n’en pouvais plus.
J’ai dit tout ce que j’avais sur le cœur. Lui a continué à nier puis a fini par admettre qu’il consommait encore mais en continuant à m insulter de folle dangereuse qui voulait l’opprimer, contrôler sa vie etc
Les psys nous ont dit qu’elles n’avaient jamais reçu de personnes avec une telle toxicité entre nous. Une des deux psys avait les larmes aux yeux en m’écoutant raconter les deux années.

J’ai fini en lui disant que je voulais qu’il parte en cure pour se sevrer du crack, puis qu’il commence une vraie thérapie longue durée spécifique aux borderlines (la thérapie dialectique, qui est vraiment super pour ce trouble), avec un suivi addicto et psychiatre en parallèle. Que s’il ne le faisait pas, j’irais avorter et ça serait fini pour de bon. Il a répondu qu’alors on arrêtait, qu’il serait enfin soulagé et libéré de moi.
Je suis donc sortie de chez les psys triste mais soulagée parce que j’avais dit tout ce que j’avais à dire et que voyais qu’il préférait la drogue à la vie avec moi, avec mes enfants, et même avec un bébé (pourtant il en rêvait …).
Puis il a essayé de m’appeler 6 fois, envoyé 50 messages pour me dire à quel point il avait le cœur brisé, que j’avais jamais vu tout ce qu’il entreprenait pour s’en sortir etc puis de nouveau des d’insultes, une culpabilisation, des mensonges, et aucune explication sur ses nombreuses tromperies…
Aujourd’hui, il veut m’appeler pour discuter dans le calme.
J’en ai pas envie. J’ai envie de me sortir de tout ca.
Moi je ne me suis jamais droguee, je suis sportive, j’ai deux enfants que j élève du mieux que je peux et a qui je donne tout ce que j’ai. J’ai un bon travail, des amis en or. Je veux me sortir de ce cauchemar.
Il est un homme formidable sans crack, mais il n’a pas l’air du tout prêt à arrêter, et moi je ne veux plus subir une seule tromperie, une seule disparition inquiétante (j’ai perdu mon ex petit ami dans un accident d avion ils l ont cherché pendant 2 jours avant de retrouver l’épave avec aucun survivant, alors je vous laisse imaginer ce que je vis chaque fois que mon copain disparaît des jours et des nuits… je revis cet accident chaque fois…).
Je ne veux plus vivre comme ça.
Merci beaucoup encore de m’avoir lue.
La drogue et le trouble borderline sont les pires fléaux, ils cassent un être humain. Enlèvent toute l’empathie. Tous les projets. Prennent l’âme entière, les valeurs, et contrôlent même les pensées.

DianeFlo - 08/04/2025 à 17h21

Bonsoir Chachalolotte,
Je viens de lire ton long message très émouvant encore.
Je te trouve très courageuse et les choses ont l’air très claires pour toi.
Courage à toi, le plus beau est à venir.

Anne - 08/04/2025 à 18h52

Bonjour j'ai ressenti que ça avance pour vous qu'il y a du lâcher prise, c'est bien. Il ne faut jamais oublié ce qu'il fait, il faut tenir bon. Perso je prends des photos de tout ce que je trouve ça me prouve qu'il ne change rien, qu'il ne changera jamais. Les paroles c'est du vent, d'ailleurs ils oublient ce qu'ils disent, même eux ne croient pas à leurs mensonges. Tout est faux. Pour mon ex je pense que c'est un syndrome de Peter Pan ne pas grandir, n'être responsable de rien, ne chercher que la récompense, et cacher la réalité dans la drogue parce que la vraie vie leur fait peur ou les emmerde...
Je suis stupéfaite que des psy disent qu'ils n'ont jamais vu une telle toxicité dans votre couple! Mais qui est responsable de la toxicité de la relation? On ne se sent pas soutenue avec ce genre de remarques. Partout ou il y a de la drogue du mensonge et de la trahison, c'est toxique parce que ce n'est pas la loyauté attendue dans un couple. Vous n'êtes pas responsable de lui ni de ce qu'il met entre vous, c'est son choix à lui et vous le refusez pour vous préserver et protéger vos enfants. Gardez le cap! Moi non plus je n'ai pas réussi y utiliser la CNV mais est possible quand l'autre est absurde??? Je voudrais qu'il disparaisse de ma vie. Bon courage.