© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Comment faire ?

Par BOANN Postée le 05/05/2025 07:27

> Bonjour, Je suis avec quelqu'un qui consomme de temps à autre du speed, de la cocaïne en soirée. Qui me dit que l'usage est festif et maîtrisé. Que ca n'a pas de conséquence. Mais je trouve que ca a des conséquences. Il prend de plus un traitement anti dépresseur avec valium, propanolol (anti hypertenseur donné pour crises d'angoisse). Les descentes sont compliquées à gérer. Je crois qu'il ne mesure pas les conséquences et se cache derrière le fait que ce n'est pas régulier. J'en souffre car je suis oubliée dans les descentes. Et après une consommation de speed plus régulière que d'habitude, je l'ai senti coupé du monde, très fatigué, perte de poids... nous avions réussi pendant quelques semaines à recréer un joli cercle de confiance et il se sentait mieux, mais ce we... rebelote... Comment faire ? Merci de vos réponses Bonne journée

---

Mise en ligne le 05/05/2025

Bonjour,

Nous comprenons vos difficultés à échanger avec votre compagnon autour de ses consommations de drogues. Vous avez bien fait de vous rapprocher de notre service.

Votre compagnon semble se satisfaire de ses consommations occasionnelles. Peut-être y retire-t-il plus de bénéfices (énergie, confiance en soi...), que d'inconvénients (épuisement, état dépressif, isolement...). Il peut être délicat de discuter d'un sujet sur lequel vous avez des points de vue différents.

Cependant, vos inquiétudes sont tout à fait légitimes. Les consommations ne concernent pas que votre compagnon, puisqu'elles se répercutent également sur votre vie de couple, et sur votre sentiment de bien-être au sein de la relation.

Nous vous encourageons à ouvrir le dialogue à ce sujet, à un moment que vous jugez plus propice (disponibilité, capacité d'écoute mutuelle), en mettant en avant ce que vous ressentez et ce que vous avez pu observer, et en privilégiant le "Je" pour éviter qu'il ne se sente accusé ou jugé.

Il n'est pas possible de le "convaincre" que les stimulants comme le speed ou la cocaïne ne lui réussissent pas, ou de le persuader d'arrêter. S'il y trouve un intérêt, il sera contre-productif de ternir les consommations de

drogues. L'enjeu est de chercher à comprendre ce qu'il recherche dans ces consommations, et de pouvoir lui faire part des "à-côtés" qu'il ne perçoit pas forcément, afin qu'il développe peu à peu un regard critique sur ses consommations. Nous ajoutons en bas de page l'article de notre site internet consacré à cela.

Nous sommes sensibles à votre sentiment d'impuissance. Nous percevons que vous souffrez beaucoup de cette situation. Si vous en ressentez le besoin, il existe des espaces spécialisés dans les conduites addictives, qui proposent du soutien aux membres de l'entourage. Il s'agit de CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie), où les rendez-vous sont confidentiels et gratuits (car tout est financé par la Sécurité Sociale). N'hésitez pas à chercher le CSAPA le plus près de chez vous dans la rubrique "Adresses utiles".

Il vous est également possible de poursuivre cet échange en recontactant notre équipe. Notre ligne d'écoute est ouverte tous les jours sans exception: par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), ou par tchat à partir de 14h.

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Il ne veut pas arrêter, que faire ?