

Vos questions / nos réponses

Mon compagnon prend de la cocaine

Par [Xbord974](#) Postée le 08/01/2026 20:51

Bonjour , Cela fait 8 mois je suis en couple avec mon copain qui quand je l'ai rencontré commencer une démarche (hospitalisation) pour sa consommation de cocaine qui prenait depuis 3 ans mais pas en grande quantité ! Il a arrêté pendant deux mois . Puis a repris en septembre et octobre . C'était trop pour moi car en temps normal tout se passe énormément bien dans notre couple sauf quand il en prend . Endormissement , changement d'humeur , crise d'angoisse , stress . On a fait une pause d'un mois . On s'est retrouvé pour le mois de décembre tout allait bien il a un traitement , un nouveau boulot , un entourage en Janvier il est sencé avoir un suivi SCAPA . Je suis complètement perdu j'ai besoin de savoir si ça vaut la peine de continuer la relation car je lui ai toujours dit qu'il soit tenté ou qu'il en prenne je lui en voudrais par contre qu'il m'en parle avant pas de mensonges comme ça je pourrais un minimum l'aider . Sauf quand Décembre je l'ai surpris une fois et il m'avait menti . Je lui ai dit que si il continue il allait me perdre mais début Janvier il a repris deux soirs d'affilée et je l'ai su . Je suis totalement perdu je sais que c'est une addiction que ça le définit pas mais je supporte plus ses mensonges surtout qu'il sait qu'il peux m'en parler quand ça va pas ! Et il vraiment dans cette optique d'arrêter mais je sais pas si je dois continuer d'espérer ou arrêter car je souffre tellement de ça . Qu'il me promet qu'il m'en parlera et c'est pas le cas . J'ai perdu confiance en ses paroles et les actes ne concordent pas avec ce qu'il dit et les promesses qu'il dit aux gens . Je lui ai laissé pleins de chance ça me blesse mais je l'aime . Après à côté de ça en tant que copain j'ai rien à lui reprocher on a les les même passions , même loisirs , même projet de vie et de voyage .. Pouvez vous m'aider avec vous témoignage et votre point de vue

Mise en ligne le 19/01/2026

Bonjour,

Notre service fait face à un grand nombre de sollicitations, nous nous excusons pour les délais de traitement.

Nous avons le sentiment que vous souhaitez vous adresser à d'autres internautes connaissant une situation similaire à la vôtre. Cela est possible dans notre rubrique « le forum des discussions », vous trouverez ce lien en bas de page pour que vous puissiez publier votre question.

Le support « vos questions-nos réponses » permet d'obtenir une réponse par des rédacteurs professionnels formés en addictologie.

Ainsi, nous allons tenter de vous apporter quelques pistes de réflexion pour vous soutenir dans ce contexte.

Il peut s'avérer déstabilisant de vivre au côté d'une personne en difficulté avec une consommation, notamment dans les situations de reconsommations. Il importe de garder à l'esprit que ces reprises sont des étapes courantes du sevrage et font partie de la démarche de soin. Elles peuvent par la suite, donner lieu à des remises en question, une réflexion sur les facteurs qui mettent en difficulté et surtout permettre une meilleure connaissance de son fonctionnement propre.

Dans ce type de situation, il n'est pas rare qu'une personne consommatrice ait recours aux mensonges ou au souhait de masquer la réalité. En effet, elle peut craindre d'inquiéter, avoir peur du jugement et se sentir en échec. Tous ces aspects favorisent une volonté de se cacher pour ne pas décevoir, ni perdre ses proches.

En parallèle, il est compréhensible que cette dimension vous affecte et érode un peu plus le lien de confiance. C'est pourquoi, il importe de continuer à privilégier le dialogue et à exprimer la manière dont tout cela vous impacte.

Le fait de communiquer sur vos limites et capacités vous permettra à tous deux, de trouver des compromis acceptables pour chacun.

Il est important que vous vous tourniez vers des ressources extérieures à votre couple pour vous permettre de prendre un peu de recul (sorties, activités, voir des amis, en parler avec des proches de confiance, etc.).

Il s'agit de préciser que la démarche de sevrage est un processus qui peut être long et propre au parcours de l'individu, ses vulnérabilités, sa personnalité, sa motivation à l'arrêt et les moyens envisagés pour y parvenir.

Si vous estimatez que cette situation vous fragilise et qu'elle devient source de souffrance, dans ce cas vous pouvez aussi solliciter le CSAPA de votre ville. L'entourage des personnes dépendantes peuvent également bénéficier d'un soutien pour aborder les aspects difficiles, obtenir des conseils dans votre positionnement, verbaliser et identifier vos limites, etc.

Vous pouvez les contacter indépendamment de la démarche de votre compagnon, si vous sentez que ça peut vous aider dans ce que vous traversez, faites-le.

Comme nous vous l'indiquions plus haut, notre site propose un forum de discussion destiné à l'entourage. C'est un outil intéressant pour partager vos ressentis et expériences avec d'autres personnes connaissant une situation similaire à la vôtre. N'hésitez pas le consulter ou à participer, c'est une aide encourageante et constructive.

Enfin, pour illustrer plus largement nos propos et vous aider, nous vous glissons plusieurs articles issus de notre site internet pour conseiller l'entourage qui se sent en difficulté.

En attendant, si vous souhaitez évoquer cette situation avec un de nos écoutants pour plus de conseils ou d'informations, nous sommes bien sûr disponibles au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h. Également par tchat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures

CSAPA 53 Laval - Site de consultation de Mayenne

15 boulevard Paul Lintier
53100 MAYENNE

Tél : 02 43 66 63 30

Site web : www.csapa53.fr

Secrétariat : Lundi au vendredi : 8h45-12h45 et 13h30-17h

Accueil du public : Sur rendez-vous : lundi-mercredi et vendredi de 9h à 17h et mardi et jeudi de 9h à 19h

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes entre 12 et 25 ans avec ou sans entourage

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Forums Drogues info service](#)
- [Comment aider un proche](#)
- [Il a repris sa consommation](#)
- [Se faire aider](#)