© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Problème de communication

Par Profil supprimé Postée le 08/05/2010 02:58

> Tout d abord bonjour et merci d etre la et a notre ecoute pour nous . Voila maintenant 8 ans que j ai trouvé sur ma route l héroine avec biensur les soucis qui vont avec dependance , mensonges et galère d argent . J ai eu la chance il y a 6 ans de ça de rencontrer une femme en dehors de ce milieu qui m a donné la volonté et envie d arreter tout ça mais en vain . Mais suite a une recente dispute a ce sujet j ai bien compris que je n avais plus que peu de temps pour lui prouver ma veritable envie de changer je suis actuellement sous traitement et j ai une réelle volonté d arreter et de construir un avenir avec cette femme . je comprend son ras le bol mais je souhaiterai vraiment lui faire comprendre que ma vie c est elle et nous et non la came mais pour cela j ai besoin de son soutient et apres toute ces années je ne sais pas comment lui demander ça et me croira t elle ? Vous etes mon dernier espoir pouvez m aider a lui demander d etre l epaule sur laquelle je pourrai poser ma tete les quelques jours de stress a venir en réalité j ai plus peur de la perdre que du manque a venir c est la femme de ma vie et il est vrai que j ai souvent fais passer l heroine la drogue avant l heroine ma femme je peux vous communiquer son numero de telephone peut etre pourriez vous lui expliquer mieux que moi et je ne suis meme plus sur qu elle veuille entendre ce que j aimerais lui dire et me croirait elle ? elle serait dans son droit de ne plus me croire en attendant au plus vite votre reponse et vos conseils merci d etre la julien

---

Mise en ligne le 11/05/2010

Bonjour,

Vous écrivez que vous avez eu la chance de rencontrer une femme qui vous a donné la volonté et l'envie d'arrêter l'héroïne. Mais vous n'y êtes pas arrivé jusqu'à présent, malgré vos efforts.
Sans doute parce que la volonté et l'énergie de la personne qu'on aime restent toujours extérieures à nous-mêmes. Même si cela vous a soutenu jusqu'à présent, il reste indispensable de trouver une motivation intérieure solide et de chercher à combler vos manques en comptant sur vos propres ressources.

Faites le point sur vous-même : votre envie d'arrêter est-elle uniquement liée à l'attente de votre compagne et à votre peur de la perdre ?

Pour réussir à se débarrasser d'une dépendance, il semble important de le faire pour soi-même, par désir de se libérer de ses blocages et par envie se retrouver, libre et épanoui. L'énergie que vous sentirez alors débordera de vous-même pour aller vers votre compagne.

Si vous réussissez à renforcer votre motivation, elle le sentira et vous croira, peu importe comment vous formulerez les choses. Vous êtes le mieux placé pour lui parler. Soyez vous-même et spontané, utilisez les

mots qui vous viennent au moment où vous lui parlez.

Nous vous invitons à demander de l'aide dans un centre de soins spécialisé, notamment sur le plan psychologique. Les consultations y sont gratuites et confidentielles. Nous vous indiquons ci-dessous l'adresse d'un centre que vous pouvez contacter.

Cela semble très important pour vous-même, mais également pour votre compagne, afin de ne pas lui faire porter tout le poids de vos difficultés. Vous dites que vous comprenez son ras-le-bol. Il serait sans doute bon de montrer que vous pensez à elle et que vous cherchez à gagner en autonomie.

Vous pouvez aussi lui proposer des consultations communes, où vous vous retrouveriez pour parler des tensions de votre couple. Ce type de suivi est possible au centre indiqué ci-dessous.

Bon courage pour la suite de vos démarches.

Bien à vous.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec la structure suivante :

CSAPA La Métairie

2 rue Maréchal Juin
85000 LA ROCHE SUR YON

Tél : 02 51 05 23 39
Site web : www.oppelia.fr/blog/structures/csapa-la-metairie-85/
Secrétariat : Lundi-jeudi et vendredi : 9h à 12h et de 13h30 à 18h, mardi: 13h30 à 18h - mercredi : 9h à 12h et de 13h30 à 17h
Accueil du public : Permanence sans rendez-vous le lundi de 14h à 16h pour toutes questions, informations, conseils - Consultation sur rendez-vous du lundi au vendredi.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous : jeunes entre 12 et 25 ans avec ou sans entourage - Autre lieu de consultation (jeunes entre 16 et 25 ans) à la Maison des Adolescents 85 (tous les mercredis après-midi : prise de rendez-vous au secrétariat du Csapa);
Substitution : Délivrance de traitement de substitution uniquement pour les usagers ne possédant pas de carte vitale.

Voir la fiche détaillée