© Drogues Info Service - 2 juin 2025

Forums pour l'entourage

Vivre avec un cocaïnomane

Par Profil supprimé Posté le 16/10/2014 à 16h14

Je vis avec un homme depuis 4 ans 1/2.
En début d'année il a commencé à changer, à devenir distant et agressif. Il a pu par le passé être colérique mais ça passe puis il présentait ses excuses et reconnaissait ses torts. Classique : un couple a des haut et des bas. Rien d'alarmant même si sous la colère il pouvait être tranchant.

Là, après m'avoir fait vivre l'enfer pendant 2 mois avec des paroles agressives blessantes et un délire paranoïaque sur le fait que je le trompe, que je lui cache quelque chose, que la maison ne lui convient plus ... il finit par m'annoncer qu'il a en fait un pb de cocaïne.
Ce pb aurait commencé vers le mois de mars, période à laquelle j'avais arrêté de fumer et une surcharge de travail. Un client de son travail lui en aurai proposé et il se serait laissé tenté parce que je ne m'occupais pas assez de lui.

Bon ! Ma foi, le pb est que moi je suis absolument réfractaire aux drogues. J'ai donc eu une réaction virulente en lui demandant expressément d'arrêter. Il a dit ok. Mais je lui en ai voulu et je lui en veux toujours non pas parce qu il est addict mais parce qu'il me l'a caché et qu'il m'a fait tourner en bourrique pendant 2 mois.

Il a arrêté, nous sommes partis en vacances. Là il avait des sautes d'humeur et se rabattait sur l'alcool, ce qui le rendait désagréable. Puis nous sommes rentrés et la rebelote la coke.

Voilà, alors moi ce qui m'alarme c'est qu il consomme seul dans sa voiture de manière hasardeuse, ce peut être tôt le matin, dans l'am.... ça n a aucun sens. Il m'a dit récemment qu'il n'était plus maître de sa consommation, qu'il se sentait comme un toxico. J'ai proposé de l'accompagner au centre de désintoxication. Il pense que ça sert à rien, que c'est juste une passade, qu'il peut s'arrêter seul ... Deuxième sonnette d'alarme dans ma tête.

Maintenant nous en sommes arrivés au point où il me parle mal en permanence, il est blessant, son manque de respect n'a d'égal que sa méchanceté. Je lui ai donc dit qu'on allait sûrement finir par se séparer à ce rythme mais j'ai l'impression qu'il s'en fout pas mal. Je lui dis que ça vient de la coke ce comportement il me dit que non, que c'est moi qui génère ça. Je l'énerve quand je lui pose une question, quand je lui parle il me dit que ça l'intéresse pas....
Donc la coke peut elle faire changer quelqu'un au point qu on ne puisse plus le reconnaître? Au point qu'il renonce à tous nos projets ?

Avant de me répondre sachez qu il a eu une enfance bercée par les violences verbales et parfois physiques avec une addiction au joint qu'il a sevrée seul à l'arrivé de son fils il y a 7 ans. Il a arrêter de fumer depuis un an et demi, sans aide, du jour au lendemain. Comment puis-je l'aider ? Je l'aime, je ne peux pas me résoudre à l'abandonner à son triste piège.

Merci de m avoir lu.

12 réponses

Profil supprimé - 07/09/2017 à 08h26

bonjour,

je sais que ce post est plutôt vieux, mais s'il t'arrive d'y retourner....

que s'est t-il passé ensuite ?

je vis exactement la même chose et je n'en peux plus... je suis épuisée psychologiquement et je ne sais pas quoi faire !!!

Profil supprimé - 10/09/2017 à 21h48

Je suis dans la même situation je vis avec un homme consolateur depuis dix ans, nous avons 4 jeunes enfants il a entamé 3 fois un suivi mais sans suite, lors des vacances il ne console pas et est normal je le retrouve mais la c est la rentrée et c est reparti... je ne supporte plus les sautes d humeur les dépenses les crises et les disputes devant les enfants... comment vivre avec eux sans se détruire soi même?

Profil supprimé - 15/09/2017 à 20h04

Bonjour,
Je me retouve également dans ce que vous racontez. Mais que faire ? Selon lui ce n'est pas grave, j'exagère et me fais des idées. Pire, c'est moi qui serais renfermée.
Ça + les enfants + le travail je suis fatiguée. Comment gerez-vous ça ? Avez-vous des solutions ?
Merci...

Moderateur - 21/09/2017 à 14h19

Bonjour Lalaland13,

Je vous invite à vous rapprocher d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA). Les professionnels des addictions vous aideront à comprendre l'addiction à la cocaïne, à lire ses comportements et à vous positionner pour essayer de favoriser le changement. Le simple fait que vous fassiez la démarche et lui en parliez peut l'interpeler et l'aider à réfléchir à ce qu'il fait. Les consultations en CSAPA sont gratuites et confidentielles.

Vous trouverez le CSAPA le plus proche dans notre rubrique "Adresses utiles" :
http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

La banalisation, le déni de la situation, l'accusation de l'autre sont des manières d'éloigner le problème de soi et de s'en déresponsabiliser. C'est assez commun chez les usagers dépendants malheureusement. Ne vous laissez pas démonter par cela car c'est dicté par sa dépendance.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 12/11/2017 à 19h36

Louis 33ans,

Je découvre que mon ami consomme tous les jours de la cocaïne et de l'alcool depuis 2 mois et demi.

J'en parle en soirée avec lui devant ses amis, pour faire part de ma peur.
Ses amis le rassurent, c'est une passade et il ne faut pas être traumatisé par l'image que les médias et les soignants donnent de la cocaïne. Nous maîtrisons.

Dès 18h en rentrant du bureau je le surprends dans la salle demain enfermé. Il en ressort la mâchoire démantibulée.
Je n'aime pas le rôle de flic qu'il m'impose. Je lui en parle.

Depuis maintenant 2 mois il est sous cocaïne tous les soirs et se couche alcoolisé à tituber dans l'appartement.

Il y a deux semaines il me vole de l'argent dans mon porte feuille. Il nie. En fin de mois dès son salaire de médecin crédité sur son compte il achète de la cocaïne. En fin de mois il n'a plus un centime et me demande de payer pour que nous puissions manger.

Je lui propose un rendez-vous chez chez une psychothérapeute de couple avec pour but de réussir à vivre ensemble sans mentionner ses addictions. Il sait déjà ce que je vais soulever en séance mais il accepte.

La semaine dernière il n'est pas rentré à l'appartement du weekend. Je le vois apparaitre dimanche midi maigre, gris, malade... "défoncé".

Je contacte une assistante sociale, amie de ma famille et personne de confiance. Je suis du même avis qu'elle : Je dois quitter l'appartement et lui lancer des perches pour que de lui-même veuille admettre ce qui lui arrive et qu'il veuille lui-même s'en sortir.

Lundi dernier nous voyons la Psychothérapeute pendant une heure ou mon ami a failli quitter la pièce à 3 reprises.
Enfin j'arrive à lui dire en face la douleur que j'ai depuis deux mois. La douleur des mensonges, de la colère, de la honte vis à vis de mes proches...
Enfin il dit devant nous qu'il en prends chaque jours depuis un mois et qu'il boit énormément.

Le lendemain je quitte l'appartement définitivement : il estime que j'ai été horrible avec lui et que la Psychothérapeute s'est alliée à moi pour lui faire porter le chapeau, pour l'accabler. Il est de nouveau sous l'emprise de l'alcool.

J'ai rendez-vous seul dans 10 jours avec un médecin d'un centre d'addiction pour tenter de comprendre que je ne peux plus rien pour lui.

Je l'aime, fort, je suis blessé, je n'arrive pas encore à admettre que c'est son comportement qui m'a blessé et je ne parviens pas à tenter de l'oublier.

"Ne me quite pas je te promets que je vais tout arrêter"...

Profil supprimé - 15/11/2017 à 21h57

Bonsoir, je viens de découvrir que mon mari prends de la cocaïne je me retrouve dans vos message. Il.me dit que ça fait 3 mois qu il en prends. Il en a pris 7 fois d après lui. Il veut pas d aide il me dit qu il va arreter seul je ne le crois pas moi encore un mensonge pourriez vous me dire si on devient accroc a cette merde des la 1er prise je n y connais rien

Profil supprimé - 18/11/2017 à 08h46

Bonjour Chris62,
Nous nous retrouvons tous dans nos messages c'est vrai.
Aussi parce qu'il s'agit des conséquences de la prise de cocaïne, même à faible dose et dès le commencement.
C'est pourquoi pour s'en sortir c'est également très difficile pour tous les cocaïnomane (j'entends par là tous les preneurs de cocaïne) car même la personnalité de chacun n'y changera plus rien.
J'ai quitté l'appartement il y a deux semaines, et laissé mon ami seul face à la réalité des choses : "seul dans son problème". Depuis il est "perdu sans moi", sans "repères", "abandonné à son sort" et à "besoin de moi pour s'en sortir".
Certe, mais je constate surtout que depuis que je suis parti il parle de ce qui lui arrive et il en prend pleine conscience... Bien qu'il n'ai pas arrêté pour autant.
C'est très difficile pour moi de ne pas craquer... Je sais aussi que dans notre cas c'était la seule et dernière chance de sauver notre couple et dernière tentative pour qu'il commence un long travail pour s'en sortir.
Next step : selon moi il doit aller voir un adictologue et faire un gros travail sur lui-même. Cela je ne lui demanderai jamais, car venant de lui ce serait une grande chance de s'en sortir, alors que venant de moi ce serait mieux reculer pour mieux sauter. Certainement car mon ami est médecin et qu'il est parfaitement au fait des choses.

Mon conseil pour toi si je puis me permettre, sois ferme de toutes tes forces, ne lâche rien et ne laisse rien passer (ce qui est extrêmement difficile et dis toi que c'est aussi pour te protéger). Inconsciemment ils se mettent en danger et peut-être cherchent-ils une limite, de la sévérité, de la fermeté? Prends du temps pour toi et n'essaie pas de l'empêcher de quoi que ce soit. En revanche s'il continue, pose TES limites et tiens bon.
Je lui ai dit "la cocaïne et l'alcool ne sont pas négociables dans notre couple, je ne t'impose rien, mais si tu ne te sens pas d'arrêter complètement, avec de l'aide, je me retire de notre histoire".

Pour ma part j'ai quitté mon appartement car je ne dormais plus tant cela me perturbait et vis à vis de mon job je ne peux pas me permettre la moindre erreur. Depuis nous nous voyons tous les 3 ou 4 jours. Je suis reposé et me sens plus fort pour affronter ce cauchemar. Je me sens soulagé car je lui ai donné "l'énorme pierre" qui lui appartient en espérant qu'il puisse la déposer un jour et qu'à nouveau nous vivrons ensemble.

Prends soin de toi tu seras plus forte.

Bien à toi.
Louis.

Profil supprimé - 21/11/2017 à 07h11

Bonjour Louis,

Merci pour ton message qui m aide à ne pas me sentir coupable de ne pas avoir vu les choses avant. Je n arrive pas a l imaginer entrain de faire cela. Je lui ai mis aussi un ultimatum s il continue a prendre cette MERDE je le quitte avec les enfants.

Je lui ai dit que j avais gardée les preuves sachet + le petit bâtonnet pour la sniffée.

Ce qui va ce traduire par un divorce sans droit de garde pour les enfants.

Je pense qu il en a pris conscience enfin j espère.

Je m aime pas le rôle que je joue de flic ou d inspecteur columbo je cherche, je l observe, je fouille, j ai plus confiance en lui.

Il a des insomnies chaque nuit malgré qu il m en prend plus enfin ce qu il dit.

En vais suivre ton conseil vivre pour moi et prendre soin de moi et pas pour lui.

Dommage que l on ne puisse pas communiqué de vive voix. Nous aurions pu nous soutenir mutuellement.

Je garde espoir courage a toi et a nous tous qui vivons la même situation.

Profil supprimé - 06/01/2019 à 14h53

Bonjour

Peux t on avoir de tes nouvelles Louis 75?
Ton compagnon a t il réussi à s en sortir.

Comme je l ai dit dans mon précédent post, je viens de quitter notre appartement.

J attends que mon compagnon se prenne en main seul, avec toute l aide qu il a organisé (avec moi) ces derniers mois. Suivi ds un Csapa, travail en groupe, suivi chez un psychiatre de ville. Il est pleinement conscient de son problème, en parle parfois avec une très grande lucidité ms pour autant ne se saisi pas de tout ça pour arrêter radicalement.

Il est ds un sale état physique et mental. (née perforé, douleurs de folie, perte de mémoire, trouble de l attention, hyper activité et angoisse), il nous bcp et fume la cigarette énormément.

Je l aime, fort. Ms je ne peux plus être témoins d une telle destruction. Cela fait 12 mois que ça dure. Six mois que les démarches sont engagées.

J ai rendez vous la semaine prochaine ds un csapa pour moi, enfin. Je suis épuisée nerveusement, perdue. Vidée.

Partir est très difficile. Mais je me sens soulagée de ne plus supporter. La rigueur et la fermeté de ma décision l incitera j espère abuser lui aussi de fermeté.

Courage

Profil supprimé - 10/06/2019 à 10h29

Bonjour,

Il y a une semaine, j’a compris que mon copain snifait de la cocaine dans la chambre de son fils de 6 ans (qu’on a un week-end sur 2), sur une étagère juste au dessus de ces jouets.
Je ressens tellement de choses à la fois, là déception, la douleur et plus encore. Il me dit que c’est juste depuis 2 semaines qu’il le fait et qu’il arrête tout de suite. Mais je ne peux plus le regarder de la même façon. Je le regarde se moucher souvent et jeter les mouchoirs couverts de sang et je n’ai aucune confiance en lui. On est ensemble depuis 2 ans. Il peut me faire confiance les yeux fermés. Mais il choisit de trahir ma confiance.
Je me retrouve dans vos messages.
Je vous remercie pour avoir partagé vos expériences.
Y’a t’il de l’espoir? Ou dois-je laisser tomber maintenant, avant qu’il me tire encore plus bas dans son trou noir?
Quelle est la suite de vos histoires? J’ai tellement besoin de Patel et avec quelqu’un, mais ce n’est pas qqchose qu’on partagerait avec les amis et la famille ...
Encore merci

Profil supprimé - 12/06/2019 à 20h10

Bonsoir , merci pour vos témoignages..je sais que ce n est pas évident de se livrer..je me retrouve aussi dans vos témoignages.. aujourd hui je ne sais plus quoi faire..réapprendre à faire confiance?quitter le bateau ? Voilà bientôt 5 ans que je suis avec mon compagnon qui ne m a jamais caché qu' il était ancien toxicomane (héroïne)sevré.Au début de notre relation il fumait quelques joints (ce que je ne cautionnait pas)Mais a réussi à arrêter pour moi..nous avons eu notre 1er enfant et juin 2018 je tombe enceinte de mon second enfant et là je commence à trouver que son comportement change..distant..fuyant..et c est le début des mensonges...et en septembre après de nombreuses disputes je réussi à lui faire avouer et là c est la douche froide il prend de la cocaïne depuis 3 mois..je décide de mettre de la distance et nous vivons sous le même toit en collocation et c est l enfer..il plonge dans l alcool et recommence à fumer..très dure pour moi qui suis enceinte et assiste à tout ça..aucune aide..à la naissance de ma deuxième il promet de tout arrêter..encore une promesse..c est ce qu' il fait pour l alcool mais continue les joints..je suis lasse de tous ces mensonges..de ces promesses..je n arrive plus à lui faire confiance..ayant eu une maman alcoolique..J ai l impression de reproduire la même bataille..

Profil supprimé - 13/07/2019 à 21h38

Bonsoir à tous,

Je me retrouve dans tous vos témoignages..

Je suis en couple depuis 2 ans et ma compagne a consommé de la cocaine pendant de long mois. Je n’ai appris sa consommation régulière qu’après plus de 6 mois après sa première prise. Sentiment de trahison, difficultés à avoir confiance... J’avais remarqué un changement de comportement, des « cachoteries ».. Lorsque je l’ai appris, j’ai cru que tout mon monde s’effondrait, j’ai mis beaucoup de temps à passer outre. Je pense encore avoir du mal aujourd’hui (3 mois que je suis au courant).
Aujourd’hui ma compagne est en sevrage, seule, non sans mal, tout est décuplé, la fatigue (car insomnies), ses pensées, ses émotions. Je suis également consciente que je fais parfois les choses d’une mauvaise façon, mais j’avoue que je ne sais pas comment m’y prendre, entre mon travail, ma fatigue, puis vient la vie a la maison. Je ne sais comment gérer certaines crises, comment être ou ne pas être face à se sevrage, qui lui demande énormément d’énergie.
Je dois aussi dire que je suis à bout, que c’est difficile de voir la fatigue et la difficulté dans certains moments..
Pour ceux qui sont passés par la, comment avez vous fait ? Comment soutenez vous les soutenez ? Comment vous arrivez à vous préserver également ?

Courage à vous tous..