© Drogues Info Service - 3 mai 2025

Forums pour l'entourage

Besoin de soutien...

Par Profil supprimé Posté le 04/12/2015 à 09h39

Bonjour,
J'ai aujourd'hui besoin de rencontrer, d'échanger avec des personnes qui vivent la même chose que moi...
Mon homme est dépendant à l'héroine depuis bien 2 ans..
Nous sommes ensemble depuis 1 an et demi et au départ il me l'a caché.. moi je n'y connaissais absolument rien et pensais que ce milieu venait d'un autre monde.. car mon homme est le monsieur tout le monde.. normal.. intègre.. avec un emploi..un physique normal..
Quelques mois après notre rencontre il a finit par me l'avouer et notre relation a changé.. j'ai accepté cette drogue sous mon toit par amour pour lui.. voulant l'aider à arrêter en faisant pleins de recherches sur le net.. Mais à chaque fois c'est un échec.. son mental ne tient pas.. il est comme brisé et enchainé à cette drogue.. il arrive plus ou moins à se maintenir à 1gr par jour.. je vous laisse donc imaginer la somme colossale qu'il dépense chaque mois..
Il a essayé la méthadone mais rien n'y fait.. la douleur psychique est plus fort que la douleur physique..
Peu à peu notre relation a commencé à se dégrader.. il n'a plus gout à rien.. il n'a plus de gestes tendres à mon égart.. ne ressent plus aucune envie sexuelle.. il est comme "mort" à l'intérieur.. j'essaie d'être patiente.. cela fait 1 an que je galère à essayer de le stimuler mais sa seule stimulation c'est sa drogue.. qui l'aide à se lever et à assurer son travail chaque jour...
Je ne sais plus quoi faire... je me sens frustrée et délaissée..en colère contre lui et contre cette drogue qu'il préfère..qu'il est capable de tout pour sa dose...
Je déteste l'homme faible qu'il est face à cette drogue..il ne pense et ne jure que par elle..
C'est comme si j'étais en rivalité avec une drogue au lieu d'une femme et je sens que la bataille est perdue d'avance..
Pourtant je sais qu'il m'aime et il est très respectueux... mais je n'en peux plus d'une vie de colocataire.. j'ai besoin d'amour..
Aidez moi.. aidez nous..

14 réponses

Profil supprimé - 07/12/2015 à 10h17

bonjour, je viens te répondre car je "vis un peu" la même chose avec une amie (qui a été) ma copine quelque temps .bref. cette personne a de gros problèmes psychologiques et elle ne trouve des solutions que dans l'alcool et la drogue...cannabis speed mdma enfin bref que de la merde....et ceux depuis plus d'un an....l'année dernière j'avais réussi a la faire décrocher de justesse car elle consommait de plus en plus de trucs très dangereux....elle avait réussi grâce a la méthadone mais malheureusement avec tous ses problèmes et des ""rencontres malheureuses"" a replongé....je te précise bien que ce n'est plus qu'une amie mais que cette personne je la considère comme "ma petite sœur " et je lui ai toujours dit que je l'aiderait toujours!!! mais

c'est très dur....elle sait aussi très bien que ce n'est pas la solution pour sen sortir....elle me parle de ses consommations d'alcool et drogues donc c'est bien pour s'en sortir mais je ne sais pas quoi faire non plus quand elle me dit ce soir je vais la bas et c soirée festive..(((.???))le problème c'est que si on ne veut pas se fâcher complètement avec ces personnes , on subit tout ca aussi!!!!

Profil supprimé - 10/12/2015 à 06h29

bonjour,

la drogue est un fléau, on en trouve partout !! je viens répondre a " je sais qu'il m aime" ce n est pas de l amour quand la drogue fait partie de votre vie, de votre intimité
tu le dit a juste titre la drogue est plus fort que tout!!
car n y fait, tu t es poser le question comment va t il payer sa drogue si sa consommation augmente?
va t il pouvoir continuer de travailler dans cet état,? mais bien sur que non!
ton homme est dans un état de dépendance
on ne peut pas aider une personne , qui ne veut pas se faire aider, il y a peut etre une solution c est d appeler le SAMU en cas de crise d angoisse ou autre il te viendrons en aide, il faut que tu précise que ton homme refuse de venir décrit son état et la il viendrons le chercher ...
mon fils a commencer a se droguer a 17 ans il est passé par de nombreux stade d angoisse et trouble du comportement , d hospatilsation en hospitalisation , en isolement suivi par un addictologue, il y des mois ou ca aller pas trop mal et d autres beaucoup moins bien car il continuer a se droguer et ne prenait pas ses médicament pour le skyzophrénie
aujourd hui son état mentale s est aggraver il entend des voix et a des hallucinations car il se drogue toujours il est agé de 27 ans
j ai pris beaucoup de recul face a la situation ca m as pris du temps je suis passé par la culpabilité je me suis fait aider j ai consulté un spychiatre pour ne pas sombrer avec lui
aujourd'hui je suis forte en sachant tres bien que la vie de mon fils ne tiens que par un fil
fait toi aider ma belle et quitte cet homme pour ne pas sombrer avec lui
bon courage
cordialement

Moderateur - 11/12/2015 à 13h02

Bonjour Aurélie38, Bison63 et Caroledu38,

Vous posez tous les trois la grande question de "comment aider un proche qui se drogue" et pour laquelle il n'y a pas de réponse évidente. C'est bien de vouloir aider mais, comme le dit Carole, "on ne peut pas aider une personne qui ne veut pas se faire aider". Du moins on ne peut pas la forcer à vouloir arrêter ni à recevoir de l'aide. Néanmoins il y a certainement des "manières de faire", des attitudes spécifiques à chaque contexte, qui permettent de mettre votre proche en situation de prendre ses resonsabilités. Il/elle le fera ou ne le fera pas mais vous aurez fait le "travail" en essayant de créer des conditions favorables.

Qu'est-ce qui peut faire bouger les lignes ? Qu'est-ce qui peut faire que l'homme faible d'Aurélie ait suffisamment confiance en lui et envie de passer à autre chose pour que ses tentatives d'arrêt deviennent une réussite ? Qu'est-ce qui peut faire que l'ex de Bison, le fils de Carole, qui tous deux ont de gros problèmes psychologiques, n'aient plus recours aux drogues illicites pour soulager leur "mal-être" ? Comment "aider" alors qu'on ne peut pas faire à la place de l'autre ce qui devrait être fait pour s'en sortir ?

La volonté de Bison et d'Aurélie d'aider est quelque chose de précieux si "aider" signifie bien "soutenir" et "être là" pour son proche. La prise de recul de Carole est une bonne chose car cela permet de mieux se protéger des dégâts que fait sur soi cette prise de drogue d'un proche qu'on aime. Cela n'éteint pas

l'inquitétude pour l'autre mais cela aide à composer avec son impuissance à changer les choses directement.

Une personne dépendante a besoin de croire dans sa capacité à s'en sortir et a besoin d'avoir une bonne raison de vouloir s'en sortir. Redonner confiance en lui ou elle à votre conjoint, ex ou fils, même s'il est en souffrance psychologique, est possible et peut se faire par le truchement de petites actions simples. Remonter leur estime d'eux-mêmes pour qui'ils puissent se dire "je vaux le coup" et "ça vaut le coup que je m'en sorte" viendra notamment de votre soutien, de votre solidarité, de votre amour et de la qualité de relation que vous saurez maintenir avec eux. Les aider à avoir envie d'autre chose viendra en partie, mais en partie seulement car cela dépend d'eux avant tout, de votre capacité à les aider à faire des projets et/ou à vouloir quelque chose qu'ils n'arriveront à avoir réellement qu'en mettant la drogue entre parenthèses.

Trouver les manières de faire, le bon positionnement, passe aussi par le fait que vous acceptiez une aide extérieure, un soutien pour vous-mêmes. Carole a déjà franchit le pas. Bison, Aurélie, vous pouvez faire comme elle. Les Centres de soins, d'accompagnement et de prévention des addictions (Csapa) peuvent par exemple vous recevoir gratuitement. Les professionnels de ces centres (psys, médecins, travailleurs sociaux et autres) vous accueilleront sans jugement, créeront les conditions pour que vous puissez vider votre sac et poser vos questions en confiance. Vous pouvez trouver le Csapa le plus proche dans notre rubrique "Adresses utiles" : http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 17/12/2015 à 15h03

Merci pour vos messages...
Le problème avec cette drogue c'est qu'il faut du temps... énormément de temps pour essayer d'arrêter.. il est d'accord pour essayer un centre de désintox mais le problème est qu'il a eu un mal fou à enfin trouver un travail qu'il aime et qui paye bien.. il a commencé cet emploi il y a peu et ne peut par conséquent pas se permettre de le quitter ou prendre des jours de congé... d'où le dilemme...
Après oui il m'aime et je le maintiens.. être dépendant n'altère et ne fausse en rien les sentiments..cela altère seulement la libido...
Avant d'être maintenu à 1gr par jour il consommait beaucoup plus.. c'est moi qui le maintient à cette dose.. chaque jour je lui donne son "sachet" pour la journée et je cache le reste pour ne pas qu'il dépasse...
Surtout bien comprendre que je ne cautionne pas cela.. mais c'est ma façon à moi de l'aider à ne pas déraper encore plus..
Avec le temps j'ai appris que cela ne sert à rien de vouloir arrêter brutalement car c'est pour mieux rechuter et après cela engendre encore et encore un sentiment d'échec..
ça n'a pas été facile de le faire diminuer à 1gr...
il faut laisser le corps s'habituer à cette baisse..
car cela entraîne bien évidemment aussi des baisses de moral..
j'essaierai encore bientôt de le faire diminuer... jusqu'à un jour je l'espère à 0...
En tout cas je vous souhaite à tous de tenir bon.. et gardez le courage...

Profil supprimé - 28/12/2015 à 14h43

Bonjour,
Je suis dans la meme galère avec mon conjoint et je ne c'est pas comment m'en sortir car je suis seule confronter a lui et sa m.... de drogue! Besoin de conseille et d'aide svp,merci d'avance! Et bon courage a tous

Profil supprimé - 05/01/2016 à 14h59

Bonjour Manou,
Voici mon histoire. Je vis avec mon compagnon depuis bientôt 18 mois. Nous nous sommes rencontrés, ce mec avait tout pour me plaire et acceptait le fait que j'ai un enfant, ce qui n'est pas toujours simple pour une vie de couple. Je l'ai intégré petit à petit dans ma vie afin de ne pas perturber mon enfant avant que nous vivions complètement ensemble. Je lui ai proposé de l'héberger dans ma ville car il n'habitait pas tout près pour trouver un emploi et nous nous rapprochions. Je lui ai ouvert les portes de ma vie, de mon coeur, ma famille, mes amis. Il fumait des joints tous les jours devant moi. Il s'est intégré à ma vie et me prouvait tous les jours que si j'avais attendu 5 ans avant de refaire ma vie après mon divorce, cela valait le coup. Il avait parfois des coups de blues car il n'a pas trouvé d'emploi de suite. Et puis en début d'année 2015, son comportement a changé, il était là physiquement mais pas psychologiquement, parfois froid et distant parfois euphorique et amoureux...il a trouvé un emploi et j'ai cru que cela allait l'aider à se sentir bien et chez lui. Et puis ce comportement s'est enlisé, il ne se levait plus que pour aller bosser, communiquait de moins en moins, ne mangeait plus beaucoup, un état semi dépressif s'est installé. J'ai d'abord cru qu il me trompait alors j ai été à chercher des détails pour me prouver que je me trompais. Jusqu'au jour ou je me suis aperçue que je me trompais. Il y avait des pailles et de l'héro dans ses poches. Lors de notre première conversation, il a expliqué n'avoir qu'une conso occasionnelle et qu il gérait et qu il arrêtait tout. Nous avons vécu un sevrage horrible pendant une semaine, je lui ai demandé de quitter mon appart. Lorsqu'il s'est senti mieux, nous avons reparlé et il est revenu m'assurant que c'était fini. 2 semaines après, j'en retrouvais encore chez moi. Je lui ai fait ses bagages pour qu il parte. Après des semaine de dialogue, il a accepté d'être aidé avec un psy et un traitement et il est revenu à nouveau. Pendant les 6 mois qui ont suivi, il a fait une grosse dépression, ça a été un cauchemar pour moi et mon enfant. il avait abandonné la thérapie mais continuait le traitement. Agressif, dépressif, froid...lorsqu'il a vu que moi-même je ne tenais plus le choc, à force d'engueulades et de semi-séparations, il a repris une nouvelle thérapie et a multiplié les efforts pour reprendre notre vie de couple et de famille. Ca a duré un mois. Et puis j'ai eu des soucis de santé qui m'ont énormément affaiblie, des crises d'angoisses et des états aussi dépressifs, je crois que je payais le contre-coup des six mois. Il est redevenu agressif ne cessant de me répéter qu'il fallait arrêter d'être mal, qu'il fallait que je me reprenne qu'il y en avait marre que je sois dans cet état. Les fêtes sont arrivées, j'avais de mauvais pressentiments. Je l'ai laissé seul 2 jours pour rejoindre ma famille. A mon retour, il y avait encore ce putain de produit dans ses poches. J'ai essayé cette fois-ci de ne pas l'accabler, de dialoguer. Et puis là, c'est moi qui craque depuis une semaine, je me sens encore trahie, angoissée. J'ai peur qu'il fasse une overdose car il continue le subutex. J'ai peur qu'un jour la police débarque. J'ai peur de tout, je culpabilise, re-crises d'angoisse...et en retour, j'ai quelqu'un en face qui me dit que je dramatise et qui je pense aime la came plus que moi. Voilà, ce mec en dehors de cette merde est une bonne personne et je l'aime plus que tout mais doit on souffrir d'aimer?

Profil supprimé - 05/01/2016 à 15h32

Volcano: non on ne devrait pas souffrir d'aimer.. Ton histoire me touche, car je c se que c de souffrir, de voir l'homme qu'on aime ce détruire devant nous, impuissante a toute cette merde.. Du coup sa ce passe comment la avec ton homme? Tu as trouver une solution ? !
Pour ce qui es de ton enfant, il/elle n'as pas besoin de voir ceci et de te voir souffrir.. Mon copain a une fille de trois ans.. Il a étais au tribunal pour ce battre pour qu'il puisse l'avoir un weekend complet.. Il a d'ailleurs réussi.. Mais je me dis que si un jour il ce fait arrêté par les gendarmes j'ai peur que son ex sois au courant et qu'il perde sa fille de nouveau.. Bref j'angoisse tout le temps, peur qu'il lui arrive quelque chose "overdose"

car moi il prend de la méthadone.. J'espère pour toi qu'il fera le nécessaire et que sa ira mieux pour toi et pour lui.. Bon courage en tout cas car il en faut

Profil supprimé - 05/01/2016 à 20h14

Bonsoir Manou, cela se passe que chaque jour est un combat entre son mal être et le mien...je suis quelqu'un d'ordinaire ambitieux, optimiste, volontaire, battante. Aujourd'hui, je me sens comme une merde, impuissante, inutile et trahie. La came est plus forte que moi. Chaque matin, je me demande dans quel état d'esprit il va se trouver. Lorsque je pars au travail, j'angoisse à l'idée de ce qu'il peut se passer en mon absence et je crains le moment du retour, de peur de trouver un macabre spectacle en rentrant. Personne pour en parler, l'entourage me fuirait Je ne vis plus, je survis. Pour lui, ce produit n'est qu'un petit plaisir anodin. Pour moi, c'est une forme d'auto-destruction. Nous devions consulter sa psy à 2, à sa demande. J'ai envie de me battre mais je n'ai plus aucune force. Si tu le souhaites, nous pourrions échanger par mail. Bien à toi, et à toutes les autres...

Profil supprimé - 06/01/2016 à 11h54

Oui je comprend tout a fait.. Je suis pareil j'angoisse.. Effectivement on pourrais parler par mail, mais comment faire?
Je me suis senti trahi aussi le jour ou je les griller.. C vrai que sa serai pas mal de discuter ensemble par mail.. En tout cas j'espère de tout mon coeur, que cela s'arrange car ce n'ai vraiment pas une vie.. Au plaisir de pouvoir discuter avec toi encore..

Profil supprimé - 06/01/2016 à 16h09

Si les autres jeunes femmes de cette conversation veulent aussi échanger. Voici ce que je propose: postez moi ici une adresse mail même complètement anonyme et créee pour l'occasion. Je me charge de trouver un moyen d'échange genre un groupe secret facebook ou nous pourrions nous livrer en toute discrétion et nous soutenir mutuellement. Qu'en dites-vous?

Moderateur - 07/01/2016 à 09h46

Bonjour Volcano,

Vous pouvez tout à fait discuter ici, ce forum est justement fait pour cela. La charte interdit que je valide un message contenant un e-mail (sauf raisons professionnelles).

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 07/01/2016 à 12h15

Bonjour a tous, j'ai créé un groupe sur Facebook.. Drogue, soutiens.. Si vous voulais on peu discuter sur ce groupe.. Merci a vous et au modérateur d'accepter mon message.. Tellement besoin de soutien, d'entraide.. Bon courage a tous

Profil supprimé - 03/08/2016 à 18h28

Bonjour,
je viens prendre des nouvelles des personnes qui ont suivi le fil de cette discussion.
Pour moi, les choses ont mal évolué. Mon compagnon a recraqué sur ses polyconsommations lors de soirées et j'ai pété les plombs à la dernière n'ayant pas supporté cette tromperie alors qu il me demandait de lui faire confiance, qu'il ne déconnait plus, qu'il m'aimait.
Je l'ai giflé lors de cette soirée avec des amis alors qu'il prenait de la cocaine une heure après sa déclaration d'amour remplie de tendresse, de promesse et de confiance que je devais lui réaccorder.
Il n'a pas supporté mon craquage et me quitte aujourd'hui parce que selon lui j'ai tout gâché.
Pleine de culpabilité, je me rends à l'évidence que je ne peux plus lutter. On aura beau s'amer, je n'aurai pas su l'aider.
J'espère que vos fins sont plus heureuses que la mienne.
Au plaisir de vous lire

Profil supprimé - 05/08/2016 à 12h41

Bonjour Volcano, Comment va tu? Je suis sincèrement désoler pour toi que sa ce termine ainsi!! Moi, euh comment te dire que je ne suis plus avec aussi, il m'as quitter parce que j'ai regarder sur ces comptes et ca ne lui as pas plus.. Ce que je peux comprendre mais au moins j'ai découvert encore une fois la vérité, qu'il continué a en prendre malgré ce qu'il me disait!! Et enfin aussi parce qu'il a rencontrer quelqu'un d'autre!!! Bref, donc retour a zéro...
Depuis 2 mois et demi j'ai rencontré quelqu'un de génial, seul bémol "Encore et encore l'héroine" + "mensonge" ce qui va avec de toute façon.. Mais il as tellement peur de me perdre que depuis quelque jours il me dit la vérité et forcément sa ne lui plait par car jai du mal a le croire et a lui faire confiance!!! J'ai l'impression que je suis toujours avec mon ex a revivre les memes choses!!! Voila les nouvelles