© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Ma copine prend pas mal de cocaïne, je me perd...

Par Profil supprimé Postée le 29/01/2018 15:15

Ma copine qui a 31 ans prend de la cocaïne depuis environ deux ans. Je la connais depuis 6 mois. Sa consommation varie entre 1g/jour et parfois moins. Jamais plus de 4 jours sans produits. Nous travaillions ensemble. Dans un premier temps je ne savais pas qu'elle se droguait. Petit à petit son comportement est devenu bizarre. Elle disparaissait quelques minutes en prétextant d'avoir une petite vessie etc.... et puis je me suis aperçu de mensonges ou de choses pas claires. Plus le temps passait et plus je sentais une tension en moi à cause de l'incertitude. Du coup j'avais des comportements un peu parano qu'elle me reprochait. De plus j'étais son patron. Notre relation pouvait être parfaitement harmonieuse et subitement tomber dans le conflit parce que je disais une chose selon elle inappropriée, et ça devenait l'enfer. Petit à petit j'ai réussi à lui faire admettre qu'elle était cocainomane. J'ai sans doute eu dans un premier temps une mauvaise attitude en lui disant qu'elle devait arrêter. Elle était serveuse dans mon restaurant. Son dealer venait la fournir dans l'immeuble du restaurant... je l'ai menacé de ne plus pouvoir travailler avec elle mais elle me supliait de la garder. Je cedais. Nous avons discuté et j'ai changé d'attitude en acceptant qu'elle se drogue et lui disant que je serai la pour l aider mais sans mensonges. Mais les mensonges ont continué. Je l'ai soutenu de mon mieux en prenant soin d'elle dès que je pouvais. Seulement elle me crucifiait si jamais je faisais la moindre erreur de langage ou autre. Elle était parfois tellement incohérente que cela me rendait fou. J'ai vraiment tout fais , peut être mal, pour agir au mieux. Finalement elle ne reconnaissait que très rarement que cela devait être dur pour moi. Tantôt j'étais un homme parfait qui faisait tellement pour elle et puis je devenais une merde qui empoisonnait sa tête et la rendait folle. Nous pouvions vivre des moments magiques et tomber dans l'enfer de disputes pour quasi rien. Elle était très souvent dans la fuite et savait appuyer sur mes points faibles. A me rendre dingue et même finir malheureusement j'ai eu des actes violents physiquement.... la retenir de force, la pousser... etc... Du coup je devenais le fou, le type violent dangereux qu'elle devait fuir. Et puis trois jours après j'étais à nouveau l'homme si incroyablement attentif, prévenant, aidant qu'elle ne voudrait pas perdre sinon elle sombrerait. J'ai perdu mon gouvernail. Elle douillet mon portable intégralement. A trouvé des choses pas brillantes et à décider de rompre définitivement car j'étais à vomir et un poison pour elle. Que je n'étais rien pour elle. J'ai fait des erreurs des bêtises qui pourtant ne me ressemblent pas. Je suis à présent seule, elle me manque, je l'aime véritablement. Je suis perdu. J'ai depuis deux mois des troubles de l'alimentation. Grosse perte de poids, déprime, culpabilité... J'ai tellement donné d'énergie, de temps, d'amour et aussi je me suis fait maltraité psychologiquement, humilié et eu l'impression de n'être que l'incarnation de ses contradictions. J'ai véritablement perdu mon gouvernail. Je regrette énormément certaines actions que j'ai eu qui sont incohérentes au regard de l'amour que j'ai eu pour elle. Je suis triste, déprimé, je m'inquiète pour Elle, je l'aime et ai finalement l'impression d'être une bête immonde suite à son dernier message. Elle ne veut plus jamais me voir.

Mise en ligne le 31/01/2018

Bonjour,

Vous avez eu une relation avec une de vos employées, qui consomme de la cocaine.

Après de multiples rebondissements, vous avez fini par vous séparer, ou en tout cas, elle refuse de vous revoir.

Nous comprenons votre déception et les sentiments mélangés que vous pouvez ressentir à l'heure actuelle, mais votre amie était (et est encore apparemment) une personne consommatrice qui ne semble pas prête à arrêter pour l'instant. Il est difficile de faire la part de ce qui relève de comportement liés aux effets de sa consommation et de votre relation émotionnellement tumultueuse.

Les moments vécus ensemble ont été forts pour vous deux. Sortir d'une relation aussi passionnelle est souvent douloureux.

Néanmoins, votre amie ne semble pas avoir envie de consulter pour le moment, et ne vous demande pas d'aide particulière. Vous vous inquiétez, mais vous avez besoin de poser des limites, tant pour votre bien-être que pour votre relation, quelle qu'elle soit (amicale, amoureuse, professionnelle…) avec cette personne.

Même si vous l'aidez, vous ne pourrez pas faire les choses à sa place.

En ce qui vous concerne, une aide psychologique pourrait peut-être vous aider à éclairer la situation et à vous sentir moins déprimé de cette rupture. Vous avez besoin de savoir comment vous positionner vis-à-vis d'elle.

Au-delà de la consommation, il peut être apaisant d'y voir plus clair au niveau relationnel. C'est pourquoi vous pouvez vous orienter vers des psychologues ou psychiatres généralistes, en libéral, ou en Centre Médico-Psychologique (CMP).

Si vous pensez qu'une aide plus spécifique en addictologie serait plus pertinente, nous vous laissons des liens en fin de message avec des adresses dans votre secteur.

Si à l'avenir votre amie demandait de l'aide quant à ses consommations, vous pouvez également lui donner notre numéro de téléphone, nous restons disponibles au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h du matin (numéro anonyme et gratuit), et par chat sur nos sites de 14h à minuit.

Cordialement

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

CSAPA Aurore 75-Site Ménilmontant

7 rue du Sénégal
75020 PARIS

Tél : 01 43 66 20 22
Site web : www.aurore.asso.fr
Accueil du public : Consultation sur rendez-vous : Lundi de 4h à 17h - Mardi, mercredi et jeudi de 10h à 17h et vendredi de 9h à 16h.

Voir la fiche détaillée