FORUMS POUR L'ENTOURAGE

CONJOINT(E) ACCRO À LA COCAÏNE: TENIR BON POUR CELUI/CELL QU'ON AIME

Par carbonifere Posté le 28/09/2021 à 10h27

Bonjour à toutes et tous,

Si je viens témoigner ici aujourd'hui, c'est pour apporter un peu d'espoir à ceux qui viennent en chercher sur ce forum.

Ma femme a toujours eu des problèmes d'addiction. Elle a été confrontée vers 20 ans à des événements difficiles qui l'ont beaucoup fragilisée et isolée. Elle a plongé dans une première phase de consommation, en partie liée à un environnement festif et aux nouvelles relations qu'elle s'y est faites. L'objet de son addiction a principalement été la cocaïne, même si elle consommait d'autres produits plus ponctuellement. Elle a beaucoup maigri et a clairement mis sa santé en danger, jusqu'à ce que sa mère lui mette un ultimatum et arrive à la convaincre d'arrêter. S'en est suivi une période très complexe de sevrage, qui a débouché sur l'arrivée de son premier enfant.
Nous avons ensuite fondé notre famille et plusieurs années se sont écoulées sans nouvelle phase problématique.

Il y a deux ans environ elle s'est à nouveau rapprochée de l'environnement festif qu'elle avait connu étant plus jeune, notamment pour me faire connaître sa passion pour la musique, et certains des amis qu'elle avait retrouvés. Au début, elle a gardé ses distances sans aucun problème avec certains produits qu'elle avait consommés étant plus jeune. Mais elle a progresssivement repris la consommation, ponctuelle au début, puis régulière (2 fois par mois, puis tous les week-ends) à mesure que nous étions de plus en plus en contact avec des personnes qui consommaient elles-mêmes.

Il y a quelques mois, elle a admis qu'elle était redevenue accro. Elle avait fini par consommer tous les soirs, puis en journée également. Elle m'a clairement fait savoir que vu ses consommations, elle ne pensait pas s'en sortir seule cette fois. Elle perdait du poids de jour en jour, mais aussi et surtout le sommeil, l'envie de passer du temps avec sa famille ou même de se motiver à quoi que ce soit. Tous ceux qui viennent sur ce forum savent à quel point c'est terrible de voir la personne qu'on aime se faire du mal à ce point sans pouvoir l'en empêcher.

Je me sentais démuni, et même si je gardais au fond de moi la conviction qu'elle avait la force pour s'en sortir, son propre désespoir certains jours me faisait douter et, parfois, flancher. Partout, j'ai lu et entendu que la solution ne pouvait venir d'elle, alors j'ai juste gardé le cap, sans lui mettre d'ultimatum. Elle avait déjà suffisamment conscience du mal qu'elle se faisait et faisait autour d'elle pour que je n'aie pas besoin d'en rajouter...

L'été dernier, elle m'a indiqué qu'elle avait décidé de trouver un médecin pour en parler. Elle a surtout décidé d'en parler autour d'elle, à tous les amis qu'elle sentait capables de la comprendre. Certains ont été surpris, choqués, d'autres se doutaient déjà des problèmes qu'elle traversait. Elle a eu un courage fou de se livrer comme ça, mais c'était fondamental pour elle de retrouver cette transparence, cette honnêteté vis-à-vis de personnes qui comptaient vraiment pour elle.

Et un jour de cette fin d'août, un matin, elle m'a regardé et m'a dit : "aujourd'hui, c'est le jour 0." On n'en a pas parlé sur le moment. Je voulais désacraliser cet instant pour ne pas lui mettre de pression supplémentaire. C'était très difficile pour elle, ça se voyait évidemment. En-dehors d'un appel à drogues-info-service qui lui a fait énormément de bien, elle n'a consulté aucun praticien. Ce qui l'a beaucoup aidée, c'est de l'annoncer très largement autour d'elle, sans chercher d'argument, sans vouloir se faire plaindre, juste pour expliquer, rassurer aussi, et témoigner.

Ca fait 1 mois aujourd'hui, et rien n'est complètement gagné évidemment. Mais elle a complètement repris goût à la vie, de façon saine et constructive. Même si elle est encore fragile par moments, je la sens pleine d'une force qui ne peut que la porter encore et encore.

Je voulais donc revenir sur ce forum que j'avais parcouru il y plusieurs mois, pour y témoigner de l'espoir, face à tant de situations difficiles, voire dramatiques.
Le premier conseil que je voudrais donner, c'est de parler. Sans honte, sans peur de choquer ou d'être jugé. Parler à ceux qu'on aime, sans avoir l'impression de les déranger, de les bousculer. Parler à sa famille, parents, enfants, sans craindre de les perdre. Rester isolé avec ses peurs, sa honte, sa culpabilisation est terrible et délétère. On ne s'en sort qu'à condition d'affronter aussi le regard de l'autre, qui s'avère très souvent bienveillant.

Je m'arrête là, mais si vous lisez encore ces lignes et que vous avez vous-mêmes, en tant que conjoint(s), ami, proche, besoin de parler de vos propres ressentis, n'hésitez surtout pas.

Merci à toutes les associations et les chaînes d'aide qui existent, et à drogues-info-service notamment. Et merci évidemment à tous ceux qui sont présents pour aider, chaque jour.

2 RÉPONSES

Pepite - 30/09/2021 à 06h47

Bonjour Carbonifere,

Je pleure en vous lisant. Je vous trouve admirable.
Elle ne peut que réussir à vos côtés. Peu importe l'issue, vous gravez de l'amour dans votre cœur et dans le sien.

Je vous souhaite des jours meilleurs et une belle vie ensemble.

Bien à vous,

Pépite

Abysse - 04/10/2021 à 19h00

Bonjour,
Vous êtes admirable. Elle a de la chance de vous avoir à ses côtés. J’espère qu’elle tient bon pour elle, mais aussi pour vous et sa famille.
Pour ma part c’est mon compagnon qui est tombé dedans il y a plusieurs années. Il a arrêté 5 ans et a recommencé il a plusieurs mois. Des gros soucis à gérer, de la peine et du chagrin enfoui pendant des années… il a craqué. Je n’arrive pas à maintenir le cap comme vous le faite. Il m’a menti pendant des mois donc je n’arrive plus à le croire. Je vois qu’il fait les démarches, qu’il réduit sa consommation, il en parle, il en a envie… mais dans les faits?! Le jour zéro n’est toujours par là et je perds souvent espoir.
Merci pour votre témoignage qui redonne un peu de lumière