

Forums pour l'entourage

# Comment se protéger d'un proche toxicomane sans lui faire de mal?

Par Profil supprimé Posté le 29/06/2019 à 09h11

Bonjour à toutes et à tous et merci par avance pour votre soutien.

Je suis à bout. Entre colère destructrice et désespoir morbide.

Depuis 2 ans mon mari se drogue et notre médecin parle de bipolarité. Notre vie a complètement été bouleversée.

Si j'ai d'abord tenté de prendre le problème de face, je me suis vite rendu compte qu'il était trop complexe pour n'être attrapé par mes deux petites mains, que par deux petits bouts. Ne sachant que faire, je l'ai pourtant fait mais, j'ai foncé tête baissée sur le problème. Moi qui me croyais invincible, j'étais abasourdi. Je n'avais pas assez de force pour arrêter ce qui, de l'intérieur, rongait celui que j'aime ou peut-être plutôt, celui que j'aimais. Je ne parviens même plus à savoir si je l'aime encore et c'est en cela que la toxicomanie et la bipolarité sont tellement morbides. Rien de ce que tu en penses, rien de ce qui a été acquis ou compris n'est vraiment. L'humeur, la pensée et les comportements de mon conjoint sont tellement variables d'une heure, d'un jour ou d'un mois à l'autre qu'aucune stabilité n'est possible. Entre phases de montée, phase d'explosion et phase de remords, c'est dans un véritable abysse émotionnel que mon mari nous a engouffrés.

Mon monde s'est écroulé et même si tout semble laisser croire que c'est de sa faute, je me questionne, me culpabilise. Quelle est ma part de responsabilité, suis-ou ai-je été trop exigeant? Nous avons eu de gros changements dans notre vie et j'ai toujours tendance à vouloir tout contrôler, et que tout aille vite, parfois au détriment du bien-être de mes proches et de moi-même.

La culpabilité me ronge au moins autant que la détresse dans laquelle nous plonge la toxicomanie de mon mari et tous ses méfaits sur notre vie (financier, psy, etc)

Si aujourd'hui je me fais accompagner pour essayer de découvrir ma part de responsabilité mais aussi ma façon de gérer tout cela, mon mari lui n'est pas dans une démarche de soin.

Pourtant, il se détruit, dépense son salaire en quelques jours (parfois moins d'une semaine). Par le passé il s'est déjà scarifié (il ne le fait plus car il a compris que cela pourrait être une cause d'hospitalisation). Il passe parfois des nuits entières à parler seul, m'insulter ou insulter le monde entier et quand j'appelle les secours et qu'ils arrivent il s'endort et fait semblant que tout va bien. Bien sûr, à ce moment, les secours voient bien qu'il y a un souci mais ne le trouvent pas assez dangereux pour le prendre en charge.

Aujourd'hui je suis perdu. Si je n'y parviens pas à l'aider, je dois me protéger.

Mais comment? On me parle de déposer plainte pour harcèlement moral ou violences psychiques mais j'ai

peur que cela lui pose des problèmes. même si depuis peu je me vois comme une victime, je ne le vois pas comme un agresseur mais comme une personne malade, en souffrance.

Des soins donc? Oui mais il ne veut pas. Et même si il existe des procédures pour obliger un tiers à se soigner cela me semble juridiquement très compliqué. sans parler du fait que :a non adhésion à des soins voue le soin à l'échec.

Un divorce alors? Oui mais je gagne à peine plus que ce qu'il ne faut pour l'aide juridictionnelle et un salaire pour deux ne me permet pas d'engager des frais d'avocats.

Je suis perdu, sous anti dépresseurs depuis 3 mois, moi qui ne comprenait pas avant l'utilité de ce genre de traitement.

J'espère trouver des personnes vivants ou ayant vécu le même genre de situation afin d'obtenir des conseils.

Merci et belle journée à vous.

je culpabilise, quelle est ma aprt de responsabilité?

## 1 réponse

---

Profil supprimé - 02/07/2019 à 11h11

Bonjour, vous vous demandez quel est votre part de responsabilité ce qui est normal. Je me demande si votre mari songe à la sienne pour être honnête.

Peu être est il insouciant .

Ou alors aveugler par l'appétit dévorante que peu vous soumettre cette drogue. La cocaïne d'après ce que j'ai compris.

Il faut absolument qu'il se mette dans une démarche de soin ou d'arrêts progressif mais ça passe d'abord par une bonne prise de conscience.

Vas t'il falloir qu'il continue à foncé tête baisser jusqu'à ce prendre le mur en plein visage pour qu'il l'ai cette prise de conscience ? Comme pour la plupart des toxicomanes..

Il faut qu'il percute parce que sinon ça finira mal.

J'ai 29 je suis sous méthadone, accro aux benzodiazépines ,à l'alcool par le passé mais j'ai réussi à m'en défaire , je suis également usager de cocaïne mais en shoot. Mais désormais je ne pense même plus à la cocaïne. Que rarement. Tellement. cette drogue me répugne désormais. ça va bien maintenant je fais beaucoup de sport et de travail de développement personnel ma vie n'a plus rien à voir avec celle que je menais avant, en toute insouciance . Mais ça me coûte très cher, famille ami(e)s travail ,logement . La total. 3 ans de rue Il faut absolument qu'il se remette en question et très sérieusement.. Sinon il vous perdra, vous le perdrez et au fil du temps il perdra tout s'il continue cette drogue. Elle est vraiment destructrice et croyez moi j'en sais quelques chose. J'ai connue et je connais beaucoup de cocaïnomanes, ils sniffent et puis ils la fument et deviennent accro au crack. Dans ma ville (dijon) c'est comme une épidémie cette merde. Elle détruit la vie de beaucoup de monde. Que ce soit les consommateurs ou leurs entourages. En plus de 10 ans j'en ai vu qu'un seul se sortir. Mon ancien meilleur ami. Et c'est uniquement par la prise de conscience que peu survenir le bouleversement de ce processus de destruction.

Une très forte prise de conscience . Ce qu'il en résultera une volonté. Cette drogue a une très forte emprise sur le système nerveux, au fond de lui il doit savoir ce qu'il veut . Il lui faut l'exprimer. Dans ce que vous dites il est tellement insouciant que j'ai bien peur que ce soit à vous de faire déclencher en lui cette prise de conscience ,désoler de dire ça de cette manière mais il va falloir le bousculer si vous ne voulez pas le perdre.

Lui faire prendre sérieusement conscience de ce à quoi il s'expose. Sans lui dire directement et surtout pas en gueulant. Mais en passant plutôt par l'amour la tendresse et surtout l'empathie mais il devra savoir naturellement que cela ne peut pas durer. Et qu'il n'est pas la seule victime dans cette histoire.

Après s'il veut faire l'expérience de voir ce qu'il se passe dans la vie à la manière d'un cavalier lâchant les rênes de ses chevaux et s'en allant dormir dans la carriole ou toute insouciance. Qu'il le fasse mais si c'est à son détriment et au vôtre au réveil l'insouciant pourrait devenir des plus soucieux.

Comprenez que votre part de responsabilité est ce quel est mais quand on se comporte de manière méprisante on finit forcément par devenir méprisé.

Plus vous tenteriez de vous aider vous et lui et moins vous aurez à culpabiliser si au final ça finit mal. Même si vous vous trompez de manière de vous y prendre. Du moment que l'intention est bonne. Gare à cette dernière phrase car elle est à s'y méprendre.

Bonne chance et tenez nous au courant de la suite cela me ferait plaisir.

Cordialement. .

Kevin