© Drogues Info Service - 7 décembre 2025


Vos questions / nos réponses

# Reprise de consommation et changement de comportement

Par Profil supprimé Postée le 12/10/2019 09:10

Bonjour,

Je vous écris au sujet de mon conjoint, il a 27 ans, et à commencé assez jeunes à fumer du cannabis. Lorsque nous nous sommes mis en ménage sa situation était mauvaise: il ne travaillait plus depuis 3 ans, passer ses journées seul chez son père a fumé , mais en venant vivre chez moi il avait réduit sa consommation, c'était une des conditions, il voulait changer et je voulais l'aider à reprendre sa vie en main. En 2016 je suis tombé enceinte de notre premier enfant, il a eu un déclic! En un an il a arrêté de fumer, repasser son permis (qu'il avait perdu à cause de ça) décrocher un CDI tout semblait aller mieux! Même physiquement et moralement il était beaucoup mieux, beaucoup moins de sauts d'humeur, de crise de colère etc etc

Mais, depuis quelques mois il a renouer des liens avec d'anciennes fréquentations à lui, et je le soupçonnais de recommencer à fumer avec ces personnes car les crises était de retour, il sortait de plus en plus, il s'est mit a fuir la maison littéralement, pour aller chez ces personnes, mais niait en bloc mes soupçons. En juillet dernier il a été licencié car n'était plus attentif à son travail et avait de plus en plus de conflits
Jusqu'à il y a quelques semaines il niait, puis a fini par avouer qu'il consommait « de temps en temps » en soirée, et de « de temps en temps » il a fini par m'avouer hier avoir fumé tous les jours avec ses nouveaux collègues ces 3 dernières semaines
mais continues de nier qu'il rechute...

Je ne sais plus quoi faire, j'attends notre deuxième enfant pour janvier, et ces événements me font peur, car je n'ai pas la force de supporter les crises comme avant, nous avons une famille à présent c'est notre priorité mais j'ai l'impression de le voir tout gâché... Je vois qu'il y a quelque chose qui ne va pas, qu'il n'a pas reprit par plaisir, mais il ne veut rien me dire et refuse absolument de se faire aider.

Je suis triste, mais surtout pour lui, il était tellement fier ces 3 dernières années d'avoir changé de vie, d'avoir réussi là où beaucoup pensaient qu'il n'arriverait à rien...
Je ne sais absolument plus quoi faire, j'en souffre, je sais qu'il en souffre aussi et je n'ai pas envie que mes enfants en souffre, mais comment aider quelqu'un qui ne veut pas être aider?

---

**Mise en ligne le 16/10/2019**

Bonjour,

Nous comprenons que vous vous sentiez démunie devant la reprise des consommations de votre conjoint, son attitude assez fuyante apparemment et son impossibilité jusque-là à vous dire quelle(s) difficulté(s) éventuelles auraient pu le conduire à se remettre à fumer du cannabis régulièrement. Il semble qu'il ait eu du mal à reconnaitre qu'il avait repris, peut-être par crainte de vous décevoir ou de vous inquiéter, mais c'est chose faite maintenant.

Peut-être va-t-il être possible à partir de là de vous « décaler » de la question de la reprise et de davantage concentrer vos échanges sur les facteurs personnels, familiaux, professionnels…, qui auraient pu le fragiliser dernièrement et lui donner envie à nouveau d'être régulièrement sous effet du cannabis. Pour le dire autrement, vous pouvez peut être l'aider à verbaliser le mal-être qu'il ressent actuellement. Vous avez le sentiment que quelque chose ne va pas pour lui et voudriez pouvoir l'aider mais sans plus d'éléments de compréhension et sans qu'il consente à se remettre en question, il sera en effet difficile de lui apporter votre soutien comme vous l'avez déjà fait à un moment où lui-même souhaitait changer.

Il va de soi que face à sa fuite et à son silence vous soyez inquiète pour l'avenir de votre famille qui va bientôt s'agrandir. Si la situation n'évoluait pas dans le sens que vous souhaiteriez malgré vos mains tendues, si votre tristesse et votre souffrance devenaient trop lourdes à supporter, peut-être pourriez-vous de votre côté solliciter de l'aide. Nous ne savons pas si vous avez de l'entourage auquel vous pouvez vous confier librement et en confiance, si tel n'est pas le cas ou si vous aviez besoin d'une aide extérieure complémentaire, sachez que la plupart des CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) propose de recevoir et d'accompagner les proches qui comme vous se sentent souvent démunis dans ces circonstances.

Toutes les coordonnées de ces centres sont consultables sur notre site à la rubrique « Adresses utiles » dont nous vous joignons le lien ci-dessous. Les consultations y sont individuelles, confidentielles, gratuites et assurées par des équipes pluridisciplinaires (médecins, psy, travailleurs sociaux) spécialement qualifiées. Si votre compagnon estimait avoir besoin d'une prise en charge, il pourrait en bénéficier dans ces mêmes centres, mais il n'y a pas nécessité que lui-même y soit suivi pour que vous puissiez y être reçue pour du soutien, des conseils.

Notre service reste bien entendu à votre disposition dans le cas où vous souhaiteriez revenir vers nous, peut-être pour échanger plus directement sur cette situation qui vous met à mal. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit. N'hésitez surtout pas.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous.

---

**En savoir plus :**

- "Adresses utiles"