© Drogues Info Service - 11 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Proche d une personne addict

Par Caromely Postée le 12/01/2024 07:52

> Mon fiancé et moi vivons ensemble depuis 3 ans. Il fumé du canabis depuis ses 15 ans. Toute sa famille est fumeuse et ses amis proches aussi. Il a déjà essayé d arrêter 1 fois avant que l on soit ensemble et à réussi à tenir + ou - 1 an. Depuis que nous sommes ensemble il a tenté d arrêter 3 fois. La première fois il a tenu plusieurs semaines, la seconde prêt de 2 moi et la dernière fois il a tenu 4 mois mais a chaque fois il replongé à cause de ses amis. Je suis à bout des tentatives ratés et d attendre qu il arrête définitivement. Nous avons un enfant ensemble d un an. Autrefois il fumait 5 à 8 joints par jours. Depuis que nous avons notre enfant il était passé à 1 a 2 par semaine. Mais depuis peu il est passe à 2 par jours et sa tentative d arrêt à échoué. Il fumé en rentrant du travail et 1 avant de dormir. Quand je vois les autres je me rend compte que ce n est pas beaucoup. Mais ça me pèse et je ne sais plus quoi faire. Quand j essaie d en parler avec lui je parle à un mûr et je me prend des reproches car je ne le laisse pas faire ce qu il veut. Il me promet d arrêter et me donne des dates pour ne jamais les respecter. Je suis excréments déçu et saoulé. Que dois-je faire ?

Mise en ligne le 15/01/2024

Bonjour,

Nous nous excusons du délai de réponse supérieur à notre engagement à vous fournir un retour dans les 48h. Nous faisons face à un nombre très important de messages.

Vous nous confiez votre lassitude face aux consommations de cannabis de votre conjoint. Vous avez bien fait de vous rapprocher de notre service afin de ne pas rester seule avec ça sur le coeur.

Malgré ses reprises de consommations, la démarche de votre conjoint atteste de sa détermination. Il a réussi à arrêter plusieurs fois, et à maintenir une consommation bien inférieure à celle qu'il avait avant.

Les reprises sont fréquentes dans un processus d'arrêt, notamment lorsque le cannabis fait partie de la vie du consommateur depuis longtemps. En commençant à 15 ans, il s'est construit en tant que jeune homme avec le cannabis dans sa vie. De plus, le fait que tout son entourage familial et amical en consomme, lui demande de modifier des habitudes profondément ancrées, et de trouver un nouvel équilibre avec ses proches. C'est un véritable apprentissage, qui nécessite du temps, des tâtonnements, et des ajustements. Peut-être n'est-il pas

prêt à se détacher totalement du cannabis pour l'instant. Enfin, malgré une forte volonté, il n'est pas toujours possible d'anticiper la date de l'arrêt définitif.

Nous ne savons pas ce qui vous gêne particulièrement dans cette consommation. Cela peut être par rapport aux effets que cela peut avoir sur votre conjoint (moins dans le moment présent, plus léthargique...) ou pour une question de légalité, par exemple. Il serait intéressant de comprendre ce que cette consommation de cannabis représente pour vous. Ainsi, vous pourriez échanger avec votre conjoint sur vos besoins respectifs à tous les deux (temps, espace, être rassurée...), et ainsi mieux comprendre ce que l'autre traverse.

Nous ne savons pas si votre conjoint est suivi pour son arrêt du cannabis, et s'il souhaite l'être. Il existe des espaces spécialisés dans les conduites addictives, qui accompagnent les personnes consommatrices, et/ou leur entourage. En tant que proche, il est important de pouvoir soi-même être soutenue dans cette période complexe. Nous ajoutons en fin de réponse 2 adresses de Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA), qui proposent à Tourcoing des suivis gratuits, confidentiels et bienveillants à toute personne en demande.

Il est également possible de recontacter notre équipe, afin d'échanger davantage autour de ce que vous ressentez dans cette situation, et de la posture à privilégier vis-à-vis de votre conjoint. Notre service d'écoute est ouvert tous les jours sans exception, par téléphone (au 0 800 23 13 13, entre 8h et 2h, appel anonyme et gratuit), ou par tchat (entre 14 et minuit en semaine, et 14h et 20h le week-end).

Nous espérons avoir pu vous apporter des éléments de réponse. Nous ajoutons en bas de page les articles de notre site internet qui pourraient vous intéresser.

Nous vous envoyons tous nos encouragements.

Bien cordialement.

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

---

CSAPA La Trame Tourcoing

47 rue de Lille
59200 TOURCOING

Tél : 03 20 36 36 66
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Lundi de 8h à 16h30, Mardi de 8h à 18h30, Jeudi de 9h30 à 19h, Vendredi 8h à 17h30 (Fermeture le mercredi)
Accueil du public : Lundi de 8h à 16h30, Mardi de 8h à 18h30, Jeudi de 9h30 à 19h, Vendredi 8h à 17h30 (Fermeture le mercredi)

Voir la fiche détaillée

CSAPA Réagir

119, rue de Dunkerque
59200 TOURCOING

Tél : 03 20 25 91 83
Site web : https://cedragir.fr/
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h. Sauf mardi : 13h30-17h
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h. Sauf mardi : 13h30-17h
Substitution : Centre méthadone, délivrance du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h30 (sauf le mardi matin).
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez vous aux horaires du CSAPA

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Comment aider un proche ?
- Il a repris sa consommation.
- Comment me faire aider ?