

Forums pour l'entourage

Le faire arrêter? (cannabis+alcool)

Par sauso Posté le 12/01/2026 à 07h58

Bonjour,

(je préfère préciser que je n'y connais rien en addiction) Mon mari fume du cannabis depuis son adolescence. Je l'ai toujours connu comme ça. Il boit aussi de l'alcool (jusqu'à 10-12 bouteilles de 25CL de bières environ) Il m'a toujours dit qu'il pouvait tout à fait s'en passer, mais qu'il n'en avait pas envie, que c'est son plaisir. Je ne me suis pas trop posée de question jusque là, parce que je me dis que c'est son choix, il est libre, je ne suis pas sa maman et donc je n'ai pas à surveiller sa consommation.

Ce qui m'embêtait le plus jusqu'alors, c'est le côté financier : en moyenne, il dépense environ 600€ d'alcool + tabac + cannabis (il est déjà allé jusqu'à plus de 900€)... alors que nous ne roulons pas sur l'or (très loin de là : il est au chômage, et je gagne à peine un smic).

Ce week-end, il n'avait plus de quoi fumer, et il s'est montré très agressif envers nos enfants et moi-même (je précise au cas où : il avait de quoi boire). Je me rends compte que c'est le cas à chaque fois qu'il n'a pas de quoi "fumer".

Je lui en ai fait la remarque, mais il m'a dit que j'exagérais.

Je prends conscience que ce n'est donc peut-être pas que du "plaisir" pour lui, mais une réelle addiction.

Je ne le reconnais plus, je suis choquée, anéantie : je me dis que je suis tombée amoureuse de lui sous effet du cannabis, mais que je ne l'aime pas en fait quand il est "lui-même / sans drogue".

Comment puis-je faire pour lui faire prendre conscience que la situation ne peut pas durer?

Puis-je le "forcer" à prendre un rdv avec un addictologue?

Avez-vous des conseils à me donner?

Merci d'avance !

2 réponses

PG - 12/01/2026 à 14h44

Bonjour,

Le comportement de votre compagnon ne peut qu'avoir de lourdes conséquences psychologiques et économiques pour vous et surtout pour vos enfants. Vous ne voudriez pas qu'ils imitent leur père à l'adolescence, non ?

Vous avez 2 choix :

Choix 1

Refuser de protéger vos enfants et continuer ainsi.

Choix 2

Protéger vos enfants et poser un ultimatum avant une éventuelle séparation :
Sois tu soignes ton addiction, soit on se sépare.

Cette séparation peut être définitive ou bien sous condition, du style quand tu ne boiras plus et ne consommeras plus de cannabis pendant X mois, on verra si on se remet ensemble.

Vous avez vos responsabilités, il a les siennes. A lui de voir s'il veut conserver sa famille ou s'il préfère continuer de se détruire.

Si vous avez peur que partir déclenche des violences ou si vous rencontrez un souci de logement, il existe des associations pour vous accompagner : demandez conseils à un travailleur social (CCAS de la mairie, etc.).

Que Dieu vous conduise,

Moderateur - 15/01/2026 à 11h26

Bonjour Sauso,

Je relativiserais grandement les propos de PG. Vous faites les choix que vous voulez et, surtout, je crois que vous n'en n'êtes pas encore là.

Ce que je peux vous dire de ce qui s'est passé c'est que son agressivité n'est pas son "état normal". En fait c'est un état de manque lié au fait qu'il n'avait pas pris de cannabis. L'irritabilité et l'agressivité font partie des symptômes de l'arrêt du cannabis mais, après une période d'une à deux semaines, ils disparaissent.

En revanche le fait que cela lui arrive vous confirme bien qu'il a une addiction au cannabis. Et probablement à l'alcool aussi au vu des quantités qu'il semble prendre.

Alors oui, sous couvert de sa liberté et de "il fait bien ce qu'il veut" ou "je n'ai pas envie d'arrêter", vous avez tous les deux été dans le déni d'une certaine réalité. Il est probablement toujours dans le déni mais pas vous. Il est manifeste qu'au fil du temps le plaisir de consommer ces drogues s'est transformé en addiction. Tant qu'il est approvisionné cela ne se voit pas mais une rupture dans cet approvisionnement et vous serez confrontée à des symptômes de manque. Dans le temps aussi, si rien n'est fait, les quantités consommées vont augmenter, donc les coûts et les épisodes difficiles. Des soucis de santé pourront également survenir.

Vous ne pourrez pas le forcer à prendre rendez-vous avec un addictologue. Déjà parce qu'il est encore dans le déni. Et même s'il n'était plus dans le déni il voudra probablement d'abord prouver qu'il peut arrêter seul.

En revanche vous pouvez vous-même prendre rendez-vous avec un addictologue pour vous faire expliquer l'addiction et ce qu'il est possible de faire dans ces situations. Les professionnels spécialisés dans les addictions des CSAPA (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) reçoivent aussi l'entourage des personnes addictes. C'est gratuit.

Pour trouver les coordonnées d'un CSAPA, consultez notre annuaire :

<https://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles> ou appelez-nous au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit).

Ce dont vous pouvez lui faire prendre conscience c'est que désormais, pour vous, il y a un problème parce que vous ne pouvez pas accepter son agressivité et que ses consommations génèrent des difficultés financières. Donc notre conseil c'est peut-être d'abord de lui parler depuis vous, depuis ce que vous ressentez,

privilégiez le "je". Dites ce que vous ne voulez pas subir et que vous n'acceptez pas. Posez vos lignes rouges. Vous pouvez faire le rapprochement avec ses consommations mais s'il ne veut pas l'entendre n'insistez pas forcément. Face au déni essayez d'être très concrète et sans jugement. Par exemple "à ce moment-là où tu as été agressif c'est précisément un moment où tu n'avais pas fumé depuis tant de temps"; ou encore "ta consommation nous a coûté tant d'argent ce mois-ci".

Courage, la prise de conscience c'est aussi malheureusement le début de la douleur car vous allez voir les choses autrement. Mais c'est seulement en parlant des problèmes qu'on peut espérer les résoudre. C'est aussi seulement en posant vos limites que vous saurez où vous en êtes et que vous pourrez éviter d'être embarquée dans ses dérivés.

Le modérateur.