© Drogues Info Service - 2 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Je ne sais plus comment me comporter vis à vis de lui

Par Profil supprimé Postée le 23/05/2011 18:28

> Bonjour,
> Mon compagnon est fumeur depuis plusieurs années (douilles et cannabis) . Sa consommation dépend des jours, il allait de 1o joints par jours, a maintenant 2 par jours environ, et en soirée plusieurs douilles (parfois jusqu'a 5) . Je souffre à un point inimaginable car je suis totalement contre ces drogues, je ne sais plus quoi faire... Il m'a promis d'arreter, pour nous, pour lui aussi, qu'il le voulait mais que ce serait long. Hier j'ai retrouvé une boulette dans son jean, et je lui ai fait la remarque...
> Il s'est énerver en disant que je ne comprenais rien, que arreter de fumer c'était long, et que c'était pas en le forcant qu'il y arrivera, qu'il essayait de réduire progressivement...
> Moi je me suis vexée, et découragée...
> Que pensez-vous? Est-ce vraiment si dur d'arrêter? Je connais trop mal ce "monde" pour apporter un avis neutre, j'ai besoin d'être guider, de savoir ce que je dois accepter (tolérer) ou non... Les limites a lui mettre...
> Besoin de votre aide vraiment :(

Mise en ligne le 25/05/2011

Bonjour,

vous décrivez une situation difficile avec votre conjoint, celui ci ayant l'habitude de consommer du cannabis depuis plusieurs années. Le dialogue entre vous à l'air compliqué or sans dialogue et compréhension mutuelle, il est difficile de construire une relation de confiance et d'aide. La discussion peut aussi être rendue difficile si votre compagnon ne reconnaît pas avoir de problèmes avec sa consommation.

Vous pourriez essayer d'aborder avec lui les raisons qui le poussent à consommer régulièrement. Il s'agirait donc de comprendre à quoi cela vient "répondre", quels sont les "bénéfices" qu' il en retire comme par exemple s'apaiser ou moins penser à certains soucis.

Vous pouvez aussi lui dire vos inquiétudes, exprimer vos interrogations et vos observations pour souligner que ce qui lui parait normal peut paraître inquiétant pour vous par exemple. Il faut lui laisser du temps en le soutenant afin qu'il ne se sente pas jugé.

Le cannabis n'entraîne pas de dépendance physique, on peut donc arrêter ce produit sans passer par un sevrage ou une hospitalisation et sans mettre sa santé en danger. Par contre, si ce produit lui sert à "s'apaiser" ou à se "détendre" , il se peut qu'il ait du mal à arrêter voire qu'il soit anxieux à l'idée d'arrêter. Des consultations spécialisées existent à destination des usagers de cannabis et pourraient être une aide utile, un soutien dans sa démarche visant à arrêter le cannabis. vous trouverez en bas de page un lien vers une consultation de ce genre. Ils reçoivent également les conjoints et l'entourage donc vous pouvez même faire la démarche conjointement avec votre compagnon ou séparément.

Ne vous découragez pas et laissez lui un peu de temps ..

Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi appeler notre service au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe de 8h à 2h) pour échanger de votre situation avec nous.

Bon Courage !!

Cordialement

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

Association Addictions France - Centre d'Addictologie

1-3 Impasse de la Blanchisserie
51100 REIMS

Tél : 03 26 88 30 88
Site web : addictions-france.org
Secrétariat : Sur rendez-vous. Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et lundi, mardi et jeudi de 13h15 à 18h, mercredi de 13h15 à 17h, vendredi de 13h15 à 16h45.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous. Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et lundi, mardi et jeudi de 13h15 à 18h, mercredi de 13h15 à 17h, vendredi de 13h15 à 16h45.

Voir la fiche détaillée