© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Comment aider mon mari.

Par Profil supprimé Postée le 02/04/2013 12:01

> Bonjour,
> Je suis mariée depuis 15 ans, j'ai 2 enfants (mon fils à 14 ans et ma fille à 9 ans) et mon mari boit et fume du cannabis tous les jours. Le problème n'est pas d'aujourd'hui puisqu'il a toujours eu tendance à boire. Mais depuis quelques temps les choses s'aggravent et le mélange des 2 font que régulièrement le soir (plusieurs fois par semaine) il n'est pas dans son état normal (il ne boit et ne fume pas la journée, pendant son travail). Les enfants et surtout mon fils commence à ne plus supporter cette situation (il se rebelle contre son père) et les choses se dégrade sérieusement. Parfois mon mari reconnait son addiction, mais ne veut pas se faire aider. Je suis désemparé et je ne sais pas comment faire pour l'aider. Son père c'est suicidé quand il avait 13 ans et lorsque je le menace de partir pour protéger nos enfants, il me dit que je verrai bien ce qui se passera, j'ai très peur de sa réaction. Avez-vous des conseils, que dois-je faire pour qu'enfin nous ayons une vie normale ? Je l'aime et je me doute que de le quitter n'arrangera pas la situation.

Mise en ligne le 04/04/2013

Bonjour,

La situation que vous décrivez est compliquée car votre mari ne souhaite pas se faire aider dans l'immédiat. Or, sans volonté de sa part, il vous sera difficile, seule, de faire évoluer positivement cette situation. D'une manière générale, il faut essayer de comprendre et de cerner les raisons profondes qui poussent votre mari à consommer ces différents produits en essayant de ne pas le juger. Cette démarche peut éventuellement l'amener à se remettre en question et à formuler une demande d'aide même si pour l'instant, il ne semble pas prêt à se remettre en question.

Ses consommations peuvent être en lien avec des difficultés personnelles ou d'ordre professionnelle et il faut l'encourager à verbaliser et exprimer ce qui se passe pour lui.

Nous savons qu'il est difficile pour l'entourage de vivre au côté d'une personne présentant une conduite de dépendance. On se sent souvent impuissant à aider l'autre et cela peut générer découragement, colère ou frustration. Il existe des centres de soins, CSAPA (Centre de soins d'accompagnement et de prévention en Addictologie) qui reçoivent les usagers mais également leur entourage (conjoint, famille, amis) de manière anonyme et gratuite. Il nous semble important que vous puissiez trouver un interlocuteur privilégié avec qui vous pourriez faire le point mais aussi trouver du soutien et de l'écoute de votre côté afin de vous aider à

mieux dialoguer ou à mieux comprendre ce qui se passe pour votre conjoint. Nous vous indiquons une adresse à cette intention en bas de message.

Enfin, vous pouvez si vous le souhaitez joindre l'un de nos écoutant au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe 7j / 7 de 8h à 2h) afin de trouver également une écoute et du soutien par rapport à cette situation difficile.

Cordialement.

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

Association Addictions France : CSAPA La Roche sur Yon

21 boulevard Réaumur
85013 LA ROCHE SUR YON

Tél : 02 51 62 07 72
Site web : addictions-france.org/etablissements/csapa-la-roche-sur-yon/
Secrétariat : Du lundi au jeudi de 9h15 à 12h30 et de 13h30 à 17h00 et le vendredi de 13h30 à 16h15
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h-12h30 et de 13h30 à 17h

Voir la fiche détaillée