© Drogues Info Service - 2 mai 2025

Forums pour l'entourage

rechute cannabis après un an sans consommation

Par Profil supprimé Posté le 06/01/2015 à 21h32

Bonsoir,
Après un an de vie sans consommation de cannabis qui a apporté de grands bonheurs (un cdi, un bébé, des projets,...), mon mari, ancien addict gros consommateur de cannabis depuis 20 ans, refume depuis un mois environ.
Je suis désemparée. J'ai peur. Je m'en doutais et je cherchais la preuve car tous les éléments liés à la consommation étaient à nouveau là : Paresse, asthénie, saute d'humeur, consommation de cigarettes, yeux et visage bouffis, arrêt du sport,...
Quand il fume, il est gentil. Quand il arrête, il est agressif, injuste et parfois méchant
Je ne sais plus quoi faire.
Merci

1 réponse

Moderateur - 08/01/2015 à 17h33

Bonjour,

Déjà, votre mari a démontré qu'il était capable d'arrêter car 1 an d'abstinence c'est déjà pas mal. Maintenant, il s'agit de l'aider à vouloir arrêter de nouveau. Y a-t-il eu des personnes ou des événements qui ont précipité cette rechute ? Est-il capable d'en parler ? Etes-vous capable d'en parler avec lui ?

Je suppose que son arrêt du cannabis était motivé par un certain nombre de choses. Vous pouvez peut-être vous appuyer sur ces motivations et le questionner là-dessus : a-t-il baissé les bras ? Où en est-il de ses projets ? Vous pouvez lui rappeler tout ce qu'il a acquis grâce à son année d'abstinence. Vous pouvez également lui faire part de votre peur que "tout recommence comme avant" mais aussi que tous vos projets communs tombent à l'eau. Plutôt que de lui demander directement d'arrêter, vous pouvez par exemple lui demander de vous aider à ne plus avoir cette peur. Vous pouvez enfin poser vos limites : jusqu'où êtes-vous prête à supporter les conséquences de sa consommation ? Combien de temps ? Que risque-t-il de se passer ?

Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions sont à votre disposition, gratuitement, pour vous aider et vous conseiller. Vous trouverez le centre le plus proche de chez vous dans notre répertoire d'adresses utiles auquel vous accedez via la carte de France en haut dans la colonne de droite. Notre ligne d'écoute peut également répondre à vos questions et "en parler" ça fait généralement du bien.

Comme vous le dites vous ne "savez plus quoi faire". Commencez par rechecher de l'aide et poser avec lui les choses telles qu'elles sont aujourd'hui.

Cordialement,

le modérateur.