© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

vie de couple

Par Profil supprimé Postée le 24/10/2015 00:35

Bonjour.

Je vous remercie pour votre réponse et pour les infos de centres à consulter, mais j'aimerai poursuivre un peu par écrit avant... Je tiens à préciser que ma consommation d'alcool n'est pas quotidienne mais qu'elle est intervenue suite à l'arrêt du tabac et du cannabis après une grosse journée...
Concernant les méfaits de cette consommation ils sont surtout d'ordre conjugal, ma copine sentant que j'ai bu un verre. Et ayant decidée de vivre une vie "saine" depuis quelques temps, je lui ai menti plusieurs fois en lui faisant penser que non. Donc beaucoup de disputes et une perte de confiance en ont découlée...

Ce soir une nouvelle situation apparait, alors que j'ai décidé d'arrêter ces excès depuis une dizaine de jour. Nous allons boire un verre ensemble, et lorsque le sujet "mes potes" arrive. Elle expose sont point de vu, qui est que le fait de fumer du cannabis est néfaste pour la vie du couple... Tous mes amis fumes du cannabis, en ayant une vie professionnelle et familiale réussie. Malgré tout, nous avons apprît dernièrement que certaine conjointes de mes amis se plaignaient de cette fumette.
Mon point de vue même si n'étant plus consommateur et n'ayant plus envi de l'être (sauf très récréativement) est: "que certain couple peuvent vivre très heureux avec une consommation de cannabis si elle est raisonné et non nocive"
Le point de vue de ma copine est que c'est impossible et que tous les problèmes de couple de mes amis sont dus à cela.
Apres avoir essayé de lui montrer des contrexemples, de connaissances épanouies et le fait que je trouve qu'elle est assez « fermer d'esprit » sur le sujet. Nous nous sommes disputé, mais le problème n'est plus ma consommation, puisque je ne consomme plus, mais que je la trouve trop fermer d'esprit et que pour elle c'est le mal absolu !!
Bref nous rentrons et après un énième débat la dessus, en partant se coucher elle me dit : « c'est bon je monte tu vas pouvoir te bourrer la gueule »
J'ai arreté dernièrement le joint, la clope, et je vous ai contacté pour ces prise occasionnel d'alcool. Mais cette phrase et l'énervement de la dispute m'a vraiment donné envi de tout foutre en l'air ! Je trouve que je fais des efforts pour nous et pour moi, mais ce genre de phrase me fait mal et j'ai l'impression de faire ces efforts pour rien. Car les disputes sont toujours là ! Et malgré mon abstinence je paye toujours les excès du passé...

Merci de m'éclairer…

Mise en ligne le 26/10/2015

Bonjour,

Vous avez fait beaucoup d'efforts ces derniers temps pour arrêter toutes consommations, de cannabis, de tabac et d'alcool et votre amie ne voit pas tout le chemin parcouru. Il semblerait que quelle que soit la situation elle ne soit jamais satisfaite et qu'elle exige toujours plus. Vous ne comprenez pas son attitude cela vous fait mal et vous avez envie de " tout foutre en l'air ".

Votre amie ne vous fait plus confiance et vous fait payer les excès du passé. Elle montre de la colère alors qu'elle aurait du s'apaiser puisque vous avez obéi à toutes ses demandes. Elle ne tolère aucune consommations même ponctuelle, c'est un problème pour elle. Il serait intéressant de comprendre en quoi cela fait écho en elle. A-t- elle vécu des situations de dépendances dans sa famille ? De quoi a-t-elle peur ? Pourquoi cette colère, ce manque de confiance ?

Vous pourriez sans la juger lui proposer de consulter ensemble un thérapeute de couple pour essayer de comprendre ce qui se passe en elle. Certainement que votre amie souffre alors qu'elle n'en a pas réellement conscience.

La relation de couple n'est jamais facile et demande beaucoup de patience. Les conditionnements de l'enfance, les souffrances de la vie nous amènent parfois à vivre des choses que nous ne voulons pas. Se remettre en question, nous libérer de nos conditionnements est essentiel pour apprendre à se connaitre et cela ne se fait pas sans mal.

Si vous avez fait tous ces efforts c'est certainement parce que vous aimez votre amie. Nous vous conseillons de privilégier le dialogue, en lui parlant de manière bienveillante et rassurante, afin qu'elle accepte d'aller consulter pour que ces moments de conflits redeviennent des moments de paix.

Si vous le souhaitez vous pouvez également, vous ou votre amie, échanger par écrit avec nos conseillers sur nos sites via le Chat, qui est davantage conçu pour des échanges plus approfondis.

Bien à vous.