© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Aider mon compagnon

Par Profil supprimé Posté le 04/11/2017 à 19h15

Bonjour à tous ,

Je me permet de publier ,pour avoir quelques conseils , voilà mon compagnon consommait avant que je ne le connaisse beaucoup de canabis , il était en dépression ,il a beaucoup réduit depuis mais il n'a pas arrêté.
Il est très motivé pour arrêté ,mais il n'y arrive pas ... Pour plusieurs raisons ... D'abbord là pluspart de ses amis, de ses collègues de travail et de ses connaisances consomme .. Ensuite il y a moi ... Inirectement bien-sûr... À chaque fois qu'il est en "manque" il devient très très violent verbalement ... Comme s'il lâchait toute sa frustration contre moi , il me connais bien et il sait comment me faire mal ... Et quand il fait ça il s'en rend compte et ça lui fait mal autant qu'à moi... J'essai de passé outre et de l'aider d'être là pour lui mais c'est plutôt difficile ... Je sais pas trop comment agir surtout que lorsqu'il est verbalement méchant j'ai plus envie de lui faire la boude qu'autre chose mais je sais que ça va pas l'aider si je fais ça alors je prends sur moi. Je suis très amoureuse et très attaché à lui et c'est réciproque.
Je serai pas contre quelques conseil..
Merci beaucoup

2 réponses

Moderateur - 15/01/2018 à 11h50

Bonjour Mumu98,

Vous avez l'air de penser que si vous passez outre les agressions verbales qu'il vous fait, au moins il s'enfoncera moins. Je crois que rien n'est moins sûr ou du moins cette idée peut être discutée. En effet, s'il tient à vous alors il doit être en capacité d'entendre que vous refusez d'être maltraitée et que le cannabis et ses problèmes soient une excuse. Si vous continuez à "tolérer" ses débordements il se peut aussi que progressivement il ne sache plus où sont les limites avec vous et que cela continue voire aille plus loin encore. De votre côté, comme vous aurez supporté cela au début vous ne vous sentirez plus en mesure de mettre le holà.

Lorsqu'il est verbalement méchant n'évitez pas forcément le conflit et votre besoin d'être respectée. Il n'aimerait pas qu'on lui fasse la même chose ! Demandez-lui notamment de faire en sorte de mieux réguler sa consommation pour ne pas vous retrouver dans cette situation. Deux solutions mais c'est à lui de choisir : consommer de manière plus étale (pas forcément plus mais mieux) pour qu'il ne se retrouve pas en manque ou arrêter une bonne fois pour toute s'il s'en sent capable. Ce qui peut passer par le fait de couper les ponts avec certaines personnes notamment.

En tout cas il peut se faire aider par les professionnels d'un CSAPA (Centre de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie), y compris s'il ne souhaite pas ou n'arrive pas à arrêter. Les consultations sont gratuites et lui permettront de faire le point et de fixer des objectifs pour lesquels les professionnels l'accompagneront et le soutiendront.

Les coordonnées du CSAPA le plus proches peuvent être trouvées en nous appelant ou en utilisant notre rubrique adresses utiles : www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 31/01/2018 à 01h09

Bonsoir Mumu98

Je me permets de répondre car j'ai été en coupls avec quelq'un qui n'arrivait pas à arrêter bien qu'il ai mis de la volonté .Il était allé à plusieurs rendez vous avec une infirmière pour les addictions ,mais le point essentiel à supprimer était ce noyau amical et professionnel de personnes addicts.
Il y'a eu beaucoup d'Amour ,mais beaucoup de disputes ,très limites et de départs en me laissant seule et dévastée .C'était de 2011 à 2013 , j'ai tout donné ,il y' avait beaucoup d'Amour mais surement pas assez !
Je pense que tu ne dois pas te laissé faire et lui demander au moins le respect ,il te faut garder ton courage pour l'épauler mais que dans le cas ou il fera les démarches nécessaires.
J'ai fais le choix de le quitter ....le temps à passé et en 2016 nouvelle rencontre !Malheureusement connaissnat mon passé il m'a dissimulé le fait de fumer ,j'ai écris un post ce soir .Nous avons eu un accident en decembre ,j'ai été bien abimée et il était sous l'emprise de stupéfiant à une dose que je n'aurai jamais supposée !Une personne est décédée dans cet accident et nous attendons un jugement !Je suis traumatisée mais il banalise toujours le Cannabis et c'est innacceptable !Je ne souhaite à personne de vivre ce que l'on vit ,je suis victime de ses mensonges ,victime d,un avenir plus qu'incertain car les peines sont lourdes !Tout cela pour te dire "Refléchis !Ecoutes ton coeur mais ne donnes pas tout si il ne poursuit pas jusqu'au bout ! La dépression (pleurs,angoisse,cauchemards)c'est tout à fait normal ,il faut se faire aider par de pros et couper le réseau de consommateurs .Courage à toi !Courage à vous mais n'allez pas comme nous jusqu'à vous retrouver devant les tribunaux pour ce Cannabis ..