© Drogues Info Service - 5 juin 2025

Vos questions / nos réponses

S.O.S.

Par Profil supprimé Postée le 13/02/2018 22:26

> Depuis longtemps, mon mari est addict au cannabis. Depuis 3 ans j'ai tout essayé : la manière douce en lui expliquant que ce la me faisait souffrir, les crises de larmes quand je le vois du matin au soir fumer ses joints et comater toute la journée. Il voit une psy pour son addiction. Quand je demande à la psy ce que je dois faire elle répond que je ne dois rien faire et attendre qu'un jour il décide par lui-même d'arrêter... Mais là, je suis à bout. Depuis 6 mois je suis sous anti-dépresseur, je dois tout faire à sa place. J'essaye de lui faire comprendre calmement que je suis à bout, il s'en fiche et s'enfonce encore plus dans son addiction... Je pense en arriver à des solutions plus radicale. Je suis un ancien alcoolique et je sais de quoi je parle... Je ne peux plus, si vous avez une solution je suis preneur...

Mise en ligne le 15/02/2018

Bonjour,

Votre mari est dépendant au cannabis depuis des années. Sa consommation est importante et quotidienne. Bien qu'il ait un suivi psychologique, la situation n'évolue pas. Le quotidien étant devenu très difficile à vivre pour vous, vous nous demandez des conseils.

La psychologue de votre mari vous a dit que vous ne pouviez rien faire par rapport à sa dépendance et que vous deviez attendre qu'il prenne lui-même la décision d'arrêter. Aussi difficile que soit cette réponse, elle semble plutôt proche de la réalité. En effet,seul votre conjoint peut prendre les dispositions nécessaires pour se sortir de ces difficultés. Or,même s'il bénéficie d'une aide, il n'est peut-être pas encore prêt à vivre sans cannabis. Sa consommation l'aide probablement à gérer certains paramètres de vie difficiles (mal-être, émotions débordantes, difficultés d'endormissement, ….). Ainsi, il faut qu'il arrive à mobiliser assez d'énergie et d'envie pour en sortir, ce qui n'est pas facile. Cela demande donc du temps.

Mais ce temps n'est pas le vôtre et votre quotidien vous est devenu insupportable. Par conséquent il nous semble primordial que vous vous recentriez sur vous. Vous devez en effet prendre du recul afin d'identifier quelles sont vos limites, ce que vous êtes en mesure d'accepter ou pas dans votre couple et dans le respect de vous-même.

Afin d'effectuer ce travail, nous vous conseillons de faire appel à des professionnels de santé, des psychologues par exemple.

Vous pouvez contacter des CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) qui reçoivent les usagers mais également leur entourage. Les consultations y sont confidentielles et gratuites et assurées par une équipe pluridisciplinaire (médecins, psychiatres, psychologues, ….).Vous y trouverez aide et soutien.

Les coordonnées des CSAPA les plus proches de chez vous sont sur notre site internet www.drogues-info-service.fr, via la rubrique « adresses utiles ».

Nous avons conscience que le sentiment d'impuissance dans lequel vous êtes, vous met en souffrance. Malheureusement, et nous pensons que vous le savez déjà, on ne peut aider quelqu'un que s'il est disposé à l'être, pas plus qu'on ne peut le forcer à arrêter sa consommation, s'il n'est pas prêt à le faire.

Pour une écoute plus approfondie, sachez également que nos écoutants restent à votre disposition. Ils sont joignables soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat via notre site internet, tous les jours de 14h à minuit.

Cordialement

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service