FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# LE CANABIS A BRISÉ MON COUPLE

Par Profil supprimé Posté le 23/09/2011 à 10h11

Bonjour je ne sais plus quoi faire pour aider mon copain. Celà fait 6 mois qu'on est ensemble. Quand on s'est mis ensemble il m'a promis de tout arrété. Sa a duré 2 mois puis il a revu des amis fumeurs qui l'ont fait fumer ocasionnellement, il me disait "t'inquiéte pas c'est juste en soirée" puis c'est devenu de plus en plus fréquent ce qui a occasioné des disputes dans notre couple. Au bout d'un moment il s'en foutait complétement de ce que je pensais de sa et vu que moi j'en pouvais plus de le voir se détruire comme sa il m'a quitté. Il préférait faire ce qu'il voulait de sa vie même s'il voulait la bousiller ... Sauf que depuis notre rupture c'est bien pire encore, il en a même perdu son meilleur ami, il se fache avec sa famille et moi il m'aime mais il préfére dire qu'il préfére s'enfumer la tête ... Je ne peuxpas le laisser se détruire commme sa mai je ne sais plus quoi faire, quoi dire pour qu'il reprenne sa vie en main et pour retrouver mon homme. Je l'aime énormément la drogue peut pas me l'enlever =(

## 10 RÉPONSES

**bluenaranja - 23/09/2011 à 12h25**

Hello je t'aime !

Hélas, il me semble qu'il n'y a pas grand chose à faire... J'ai l'impression que ton copain glisse sur une mauvaise pente mais il n'y a que lui pour pouvoir décider de changer ou non. S'il ne veut pas entendre ce que tu lui dis...
Sa famille est elle au courant de ses problèmes ? Tu les connais bien ? Peut être pourrais tu leur en parler discrètement. Mais si cela doit créer plus de problèmes qu'autre chose, abstiens toi..

Et toi, surtout, protège toi, ne vas pas rentrer dans ce milieu pour te rapprocher de lui, c'est le piège qui se refermait sur toi.

Reste comme tu es, continue ta vie, s'il t'aime vraiment et qu'il doive se passer quelque chose, il reviendra vers toi. Et surtout, utilisez des préservatifs !

Mais sérieux, essaie de passer à autre chose... Il préfère se défoncer, il te l'a dit lui meme... Tu n'es pas responsable de ce qui se passe. Et surtout, reste loin de ce milieu qui pourrit tout ce qu'il touche.

bon courage

bluenaranja

**Profil supprimé - 24/09/2011 à 10h04**

Merci de ta réponse bluenaranja. Il n'y a pas de risques à ce que moi je touche à sa...
Sa famille est au courant eux non plus ne savent plus quoi faire, sa les blessent autant que moi de voir dans l'état qu'il se met.
Quel rapport avec les préservatifs ??
Je sais qu'il m'aime mais je ne sais pas pourquoi il fait sa, quand il est sobre c'est quelqu'un d'anxieux, de stresser, d'impulsif, je pense que sa le tranquilise de fumer ... C'est compliqué de lui faire comprendre que je veux juste l'aider, qu'il peut me faire confiance et qu'on peut avoir une vie meilleure tous les 2 ...

**bluenaranja - 27/09/2011 à 22h50**

Coucou !

Je parlais des préservatifs, car cela ne fait que six mois que tu le connais, et qu'il faut se protéger, plus une généralité..
En tous cas, c'est sûr, c'est dur de voir une personne qu'on aime faire n'importe quoi, espérons qu'il trouvera vite ce qu'il cherche et qu'il arrêtera.
Toi, tu as fait ce que tu pouvais de ton côté. Est ce que vous arrivez à discuter ? Le shit est il le seul problème, ou c'est celui qui émerge au milieu des autres ?

Blue

**Profil supprimé - 28/09/2011 à 09h39**

Merci de tes conseils bluenaranja.
J'essaye de discuter avec lui mais c'est compliqué, comme je le disais il se braque facilement et après on peut plus parler. Du coup j'essaye de toujours rester calme et de bien réfléchir à ce que je dis avant de parler pour pas le vexer. Mais c'est pas toujours évident.
Je ne pense pas que le shit soit le seul problème, c'est quelqu'un d'anxieux et je pense que sa le calme sa lui fait du bien ...

J'essaye de comprendre c'est pas toujours facile avec quelqu'un qui a du mal à dire ce qu'il ressent et qui est renfermé sur lui-même. Malgré tout je garde espoir je suis sur que dans le fond c'est quelqu'un de bien et que tout peut finir par s'arranger.

---

**bluenaranja - 01/10/2011 à 15h30**

Est ce qu'il a essayé d'aller voir un psy ou un médecin pour parler de ses problèmes, ou rien que l'idée ne lui plairait pas ?
Il y a d'autres personnes sur le forum, qui essaient d'arrêter le cannabis, ou d'aider leurs proches à arrêter. Peut être pourrais tu échanger avec elles, voir quelles sont leurs expériences ?
Et sur le site, il y a des questions-réponses qui concernent le cannabis, et des dossiers. Lis les, sérieusement, connaître son ennemi, c'est mieux le combattre !

Je reste dans le coin pour discuter, quand tu veux !

blue

---

**Profil supprimé - 07/10/2011 à 16h11**

Bonjour jet'aime,

Je suis le modérateur des forums. Quelle triste nouvelle de voir que votre couple s'est séparé à cause de sa consommation de cannabis ! C'est vraiment dommage qu'il se replie ainsi sur lui-même.

Ce que je note dans ce que vous avez écrit c'est que vous l'aimez toujours et que lui tient aussi à vous. Il n'a certes pas tenu la promesse qu'il vous avait faite au début de votre rencontre, mais la séparation est venue, me semble-t-il, de ce que vous n'arriviez pas à vous entendre là-dessus. Il a l'air de poser sa consommation de cannabis comme un espace de liberté pour lui et c'est quelque chose que, {pour le moment en tout cas}, il ne veut pas lâcher. De votre côté vous écrivez que cela lui est peut-être nécessaire pour mieux se calmer, se contrôler. Vous écrivez aussi que depuis qu'il a repris sa liberté "c'est bien pire encore".

Compte tenu de ces éléments est-il possible que de votre côté vous acceptiez de "mettre de l'eau dans votre vin" et que vous ne fassiez plus de la cessation de son usage de cannabis une condition pour vivre avec lui ? N'est-il pas possible que vous vous remettiez ensemble sur les bases d'un accord où chacun fait des concessions acceptables ? Par exemple vous pourriez vous mettre d'accord pour que les consommations n'aient pas lieu chez vous, ou en votre présence. Vous pourriez aussi essayer de vous mettre d'accord sur un temps ou un moment minimum où vous vous consacrez exclusivement l'un à l'autre (lui il lâche le cannabis et ses amis ce jour-là et vous faites des choses ensemble).
J'ai en effet l'impression qu'actuellement il est peut-être plus important de renouer une relation, refaire du lien autour de lui - surtout que vous en avez envie -, c'est-à-dire retrouver un équilibre entre vous deux, plutôt que de se focaliser sur sa consommation de cannabis, chose qui vous sépare. Par votre simple présence auprès de lui, sans lui mettre la pression pour autant, vous lui permettez de moins consommer et de garder un nez en dehors du monde du cannabis. C'est très important pour la suite car si vous arrivez malgré tout à consolider votre relation avec lui, alors il lui sera plus facile dans le futur de choisir éventuellement de diminuer ou d'arrêter. En revanche actuellement il rejette toute demande dans ce sens et cela crée beaucoup de conflit autour de lui (vous, sa famille, son meilleur ami...). Dans ces circonstances il vaut mieux pacifier les choses si c'est possible, si cela ne se fait pas non plus au détriment de votre propre équilibre.

Votre copain a besoin de "mûrir" sa consommation, de se rendre compte qu'il consomme peut-être pour de mauvaises raisons et qu'il a peut-être un problème sous-jacent. Il lui faut le temps d'oublier les "bonnes" raisons qu'il a de fumer aujourd'hui et de voir que peut-être ce n'est pas le meilleur choix de vie pour lui. Il fera d'autant plus vite et facilement ce cheminement qu'il continuera à vivre auprès de personnes qui ne consomment pas et qu'il aura aussi d'autres centres d'intérêt que le cannabis.

Je ne suis pas à votre place et votre choix de ne pas accepter qu'il fume du cannabis est tout à fait respectable. Vous devez vous sentir libre de faire ce que vous voulez en fonction de vos convictions. Je ne vous apporte pas cet éclairage pour banaliser sa consommation, qui est manifestement nocive pour lui puisqu'il fait le vide autour de lui tout en continuant quand même. Je veux surtout souligner que le maintien d'une relation affective saine est aussi un facteur de bonne santé pour l'usager de drogues. Sans être une garantie qu'il arrêtera bientôt, si vous renforcez votre relation avec lui, il aura néanmoins plus de billes à sa disposition pour changer un peu son fusil d'épaule. Et même si vous ne vous remettez pas ensemble et que vous conservez une relation amicale pacifiée, cela lui fera certainement du bien. Mon conseil est donc bien de ne pas trop vous focaliser sur sa consommation de cannabis pour le moment (sujet trop sensible), mais peut-être de plus vous focaliser sur comment vous pourriez avoir une relation de qualité avec lui, "malgré tout". Mais encore une fois tout cela doit se faire si possible dans la conscience de votre propre intérêt et dans l'optique de ne pas compromettre votre équilibre personnel. Si vous deviez être trop atteinte personnellement par ses pratiques de consommation alors oui, il vaut mieux rester à l'écart.

La vie de couple est un exercice difficile et je vous souhaite de trouver votre équilibre, avec ou sans lui, car c'est cela l'essentiel pour vous.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Profil supprimé - 07/10/2011 à 21h45**

Bonjour, merci des ses réponses trés enrichissantes.
Tout d'abord en se qui concerne le psy, sa mère a essayé de lui en faire voir un il y a quelques temps celà n'a rien donné il ne lui a pas dis un mot.
Je suis prête à faire des concessions, c'est pas facile car du coup quand je lui manque il m'appelle il m'écris il est tout gentils et le soir ou le lendemain il m'ignore il me rejette. C'est dur psychologiquement ... Aussi il fume pas un ou 2 joints quand il est avec ses amis ... ils enchainent les "douilles" comme ils disent et là il se met dans des états pitoyables. Sa fait mal au coeur de le savoir comme sa. C'est surtout sa que je voudrais qu'il arrête mais il m'a répondu qu'il préférait pour l'instant "se défoncer la tête" plutot qu'être avec moi ...

J'apprends petit à petit à ne plus m'énerver après lui quand il est méchant et plutôt à garder en moi ce que je ressent et être patiente. C'est pas facile mais je veux pas abandonner.
Je vous remercie beaucoup pour votre soutien et avoir des avis extérieur de personne qui connaisse ce genre de problème c'est rassurant et très bénéfique. Sa donne aussi envie de continuer à faire le maximum pour lui

---

**bluenaranja - 12/10/2011 à 14h57**

Bonjour,

Je voulais te dire, fais attention à toi, ne "t'écrases" pas non plus pour qu'il aille mieux.
Le modo suggère de zapper un peu le problème du cannabis pour reconstruire du relationnel, si j'ai bien compris. Si cela t'es possible et ne va pas trop à l'encontre de tes valeurs.
Est ce que tu as essayé ? Est ce que vous parvenez à vous retrouver ou il reste désagréable ?
En même temps, à long terme, devenir quelqu'un d'autre pour qu'il t'aime, ce n'est pas viable. C'est pour cela que le modo suggère de le faire temporairement, voir si cela vous permet de construire.

Et puis, tu sais, quand on est amoureux, on a tendance à projeter ses propres envies sur l'autre, à le voir à la lumière de notre amour.
Tu penses que les deux premiers mois de votre rencontre, c'est sa personnalité profonde que tu as vues ou que c'est maintenant ?
Tu es plus heureuse avec lui ou sans lui ? Désolée, mais il faut aussi penser à toi.
Tu connaissais son meilleur ami ? tu crois que tu pourrais parler avec lui - à priori, c'est lui qui le connais le mieux...
Tu pourrais peut être voir un psy, pour lui parler de la situation, qu'il t'aide à y voir clair. Ou un centre contre l'addiction.
Et peut être que quand ton copain ira mieux, il pourra t'y accompagner.
Ils seront plus en phase avec ce que tu vis, que nous à distance par écrit.

Voilà, quelques idées en vrac !
courage
blue

---

**Profil supprimé - 20/10/2011 à 12h14**

Bonjour.
Je pense que le modo a raison de dire de zaper un peu le problème du canabis dans l'immédiat car je n'ai presque plus de dialogue avec lui en ce moment (sans même aborder ce sujet). Il dis qu'il réfléchit à revenir vraiment avec moi. Je lui laisse du temps ça ne peut pas revenir du jour au lendemain ...
Pour répondre à tes questions, sans lui je suis malheureuse il me manque et avec lui c'est compliqué on s'embrouille facilement à cause de sa ... Je ne pense pas qu'il ait un mauvais fond car il était heureux avec moi au début, je pense qu'il se referme sur lui-même et est désagréable pour se "protéger" mais je sais pas de quoi. Son meilleur ami oui je le vois toujours mais par contre lui ne parle plus à mon copain il se sont fachés et aucun des 2 n'a l'intention de faire d'efforts.
J'aimerais bien aller avec lui dans un centre d'écoute sur le canabis mais je ne sais pas où en trouver près de Bordeaux et je ne pense pas qu'il soit près à faire le pas. on verra avec le temps ...

---

**Profil supprimé - 04/12/2013 à 15h32**

Je suit dans le meme état ke toi moi e mon copin sa fet 10 mois jui avec lui e lui aussi il fumme janner vrement mar je c'est pas comment le faire pour le faire arreter de sa jan souffre mais il comprend pas je fet tout pour ke notre couple soi srx e je peu pas le kitter je laime trop e aussi ilk a deja fa eu se pendre parce que on avai eu des dispute plusieur fois e tout je c plu koi fere si vous pouvet me dire keskee je doi faire vrement :'( Mercie

---