VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

LE CANNABIS

Par Ines11 Postée le 02/05/2021 01:21

J’aimerais savoir comment procéder pour encourager mon mari a arrêter le cannabis ?

Mise en ligne le 03/05/2021

Bonjour,

Vous vous interrogez sur vos possibilités, de votre place de conjointe, d'aider votre mari à se détacher du cannabis.

Pour nous permettre de vous conseiller au mieux, il nous faudrait en connaître davantage sur la situation de votre mari: depuis quand il consomme, à quelle fréquence, s'il a déjà entrepris un sevrage au cannabis, et surtout s'il a envie d'arrêter ou réduire sa consommation.

Effectivement, si les proches peuvent se révéler être un soutien crucial, en valorisant les efforts et en déculpabilisant la personne en cas de difficultés notamment, il est nécessaire d'avoir conscience que la démarche d'arrêt doit avoir un sens pour la personne consommatrice elle-même, et selon les modalités qu'elle choisit. Si votre mari n'en est pas encore à ce stade, il vous est tout de même possible de favoriser sa réflexion sur la place du cannabis dans sa vie, notamment en l'aidant àr repérer quelle fonction a cette consommation pour lui. S'il consommait ce produit pour apaiser une fome de mal-être par exemple, alors il conviendrait de l'aider à bien identifier ce mal-être afin de le prendre en compte pour y trouver d'autres formes de réponses apaisantes.

Nous vous glissons les articles de notre site internet consacré à la position de l'entourage lors d'une démarche (ou d'un refus) d'arrêt.

N'hésitez pas à nous contacter de nouveau, par le biais de ces Questions/réponses, par tchat ou par téléphone (au 0 800 23 13 13, de 8h à 2h, tous les jours sans exception, numéro anonyme et gratuit).

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Comment aider un proche ?
- Il ne veut pas arrêter... Que faire ?