

Vos questions / nos réponses

## Consommation de cannabis de mon conjoint

Par [anonyymme](#) Postée le 02/01/2025 21:01

Bonsoir, J'écris ces quelques mots car je me pose des questions sur mon conjoint et ses consommations. Au début il consommait un 10€ en 2j et il a réussi à diminuer sa consommation jusqu'à un 10€/semaine. C'est bien mais je ne supporte pas le voir defoncé. Il ne comprend pas quand je lui dit qu'à ce moment je ne peux pas me fier à lui, il n'est pas disponible et n'est pas dans son comportement normal (vocabulaire différent, mimiques différentes, gestes différentes). Je suis avec lui depuis 1 an et demi et on habite ensemble depuis 6 mois. Je savais que ce serait compliqué mais je me disais qu'avec de la communication ça irait ; mais plus ça avance, plus j'ai l'impression que je suis face à un mur et que jamais je ne pourrais avancer avec lui dans ces conditions. Quand je lui dit ça il me dit que même après avoir fumé il est toujours le même, que je me fais des films sur son changement de comportement. Il me dit que je suis intolérante mais je pense que c'est juste l'addiction qui parle. Je lui ai déjà dit une fois que j'allais partir si ça ne changeait pas car ce n'était plus possible pour moi. Et il a vraiment fait des efforts et arrêté de fumer complètement 1 mois. Mais je me sens tellement frustrée quand il est comme ça, je ne le supporte pas à en devenir même méchante, à ne plus me reconnaître. Il me reproche de ne pas l'aimer j'y complètement, mais je me demande si je suis vraiment capable de l'aimer comme il est. Auriez vous des conseils ou des expériences similaires ? Bonne soiree

---

**Mise en ligne le 10/01/2025**

Bonjour,

*Nous vous présentons nos excuses pour le délai de réponse.*

A la lecture de votre message, nous devinons une incompréhension entre votre conjoint et vous-même au sujet de cette consommation de cannabis et nous comprenons votre questionnement.

Nous ne disposons pas d'informations sur l'évolution de la consommation de votre conjoint, l'antériorité et la place que celle-ci a pris dans sa vie et ce que vous en savez vous-même. Aussi, nous vous joignons la fiche « Cannabis » extraite de notre « Dico des drogues ». A la rubrique « effets recherchés », vous trouverez des pistes de réflexion pour comprendre ce que votre conjoint va chercher dans ce produit, ce qu'il en attend. Cela pourrait vous permettre ensuite de dialoguer autour de ses besoins et lui demander si vous pouvez l'aider au regard de ces besoins. Cela pourrait vous permettre également d'avoir une réponse adaptée à ses attentes.

Votre conjoint semble avoir entendu vos demandes et a réduit sa consommation ce qui est probablement synonyme pour lui d'un réel effort. Il est possible qu'il ne puisse pas concevoir à ce jour de ne plus consommer du tout et il est important de réfléchir ensemble à ce que vous pouvez faire ensemble pour que la situation ne soit pas source de conflit ; d'évaluer ce que vous pouvez tolérer et où sont vos limites respectives.

Nous vous rejoignons sur le fait que votre conjoint est probablement différent après avoir consommé. Là encore il nous paraît important de réfléchir et de clarifier ce qui vous pose réellement problème entre le fait qu'il consomme ou qu'il soit différent.

La question de savoir si vous êtes « vraiment capable de l'aimer comme il est » est importante effectivement dans la mesure où aujourd'hui la consommation de cannabis fait partie de la vie de votre conjoint. Cela ne veut pas dire qu'elle en fera partie toute sa vie, il est parfois nécessaire de laisser du temps à l'usager. Par ailleurs le conflit sur le sujet est souvent contre-productif. En effet, les tensions, l'anxiété qu'il génère conduisent fréquemment l'usager à ressentir le besoin de consommer pour s'apaiser.

Il est important de savoir qu'il existe des consultations individuelles, confidentielles et gratuites auprès de professionnels spécialisés sur la question des addictions. Si votre conjoint souhaitait se libérer de cette consommation et y être aidé, il peut prendre rendez-vous librement. Conscients de l'impact sur l'entourage et des difficultés auxquelles il peut être confronté, les professionnels proposent également des consultations d'aide et de soutien pour l'entourage. Parfois il est possible d'être reçu en couple.

Ne disposant d'aucune information de votre département de résidence, nous vous joignons un lien qui vous permettra d'effectuer votre propre recherche.

Le lien "Il ne veut pas arrêter que faire" vous apportera quelques pistes complémentaires à la réflexion.

Si vous ressentez le besoin d'évoquer la situation sous formes d'échanges ou souhaitez davantage d'informations et être aidée dans l'orientation, il est possible de nous contacter de façon anonyme et gratuite par téléphone au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h tous les jours ou par chat de 14h à minuit via notre site en semaine, de 14h à 20h les samedi et dimanche.

Bien cordialement

---

#### **En savoir plus :**

- [Fiche sur le cannabis](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)
- [Il ne veut pas arrêter que faire ?](#)