© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Comment faire en sorte que mon compagnon arrête le cannabis?

Par Profil supprimé Postée le 09/06/2014 19:32

> Bonjour,
> Je suis avec mon compagnon depuis 4 ans. Je n'avais aucune connaissance des drogues car élevée dans un milieu très protégé, je n'ai jamais ressenti le besoin de consommer ces produits et j'ai toujours trouvé l'idée de dépendance insupportable. Mon compagnon n'a pas eu le même parcours de vie : divorce de ses parents à 8 ans puis suicide de son père qd il avait 20 ans. Il a, je pense, beaucoup souffert de ces événements même s'il dit avoir su très bien faire face. Je me suis rendue compte qu'il consommait du cannabis (herbe) 6 mois après notre rencontre car j'en ai trouvé ds ses affaires. Il m'a alors dit que c'était occasionnel (festif) pour les fois où il voyait des copains. J'ai très mal réagit et lui ai dit que je ne supporterais pas qu'il y ait de la drogue chez nous. Ça n'a été d'aucun effet , je retrouvais régulièrement de l'herbe cachée ds la maison, ce qui provoquait chez moi de la colère, de l'inquiétude, de la tristesse, des séances de larmes. Je lui expliquais tout cela mais il me disait que je dramatisais et que c'était exactement comme boire un verre de vin. Quand je l'interrogeais sur la fréquence de sa consommation, il était très évasif. Aujourd'hui je sais qu'il en consomme ts les jours. Cela n'a pas de conséquences sur son comportement social ou professionnel. Ça canalise sans doute un malaise. Nous ne pouvons pas en parler car ce sujet est tabou, il ne fume pas en ma présence, roule ses joints dans les toilettes...Le voir se comporter ainsi, ces cachoteries alors que je ne suis pas dupe me rend méfiante. J'ai l'impression de perdre confiance .
> Dans deux mois nous allons avoir un enfant et je ne supporte pas l'idée qu'il ait un père fumeur de joints. Je pensais que l'arrivée tant attendue de cet enfant lui donnerait l'envie d'arrêter enfin.
> Je suis fatiguée ... Je ne sais pas quoi faire.

Mise en ligne le 11/06/2014

Bonjour,

Nous comprenons votre découragement face à cette situation. Vous souhaiteriez que votre compagnon arrête de fumer du cannabis, mais il ne l'envisage pas du tout pour l'instant.

Vous nous demandez comment faire en sorte qu'il arrête. Vous avez certainement essayé beaucoup de choses ces dernières années, et, probablement, vous vous êtes rendue compte que vous étiez très impuissante face à cela. En effet, on ne peut pas contraindre quelqu'un à arrêter de consommer si cette personne ne le veut pas.

Vous évoquez ,le concernant, un passé douloureux et supposez que le cannabis lui permet de "canaliser un malaise". Les raisons de consommer un produit sont nombreuses et dépendent de chacun. Mais, vous avez raison, lorsque l'on en vient à fumer régulièrement, voire quotidiennement, cela sert bien souvent à soulager un mal-être, une souffrance pour lequels la personne n'a pas trouvé d'autre solution pour l'instant. C'est pourquoi, dans ce genre de situation, il est important d'essayer de parler de tout cela, proposer de réfléchir aux raisons qui font qu'on est attaché à ce produit. En vous montrant disponible pour parler de cela, sans juger ni condamner le comportement, sans non plus mettre une quelconque pression pour qu'il n'avance plus vite que ce qu'il peut faire, vous lui donnerai peut-être envie de se questionner sur sa consommation et la relation qu'il entretient avec le produit. A partir de là, il pourra commencer à envisager d'autres façons de "canaliser le malaise" auquel vous faites référence.

L'arrivée d'un enfant peut être une très grande source de motivation pour cesser des consommations, et il est compréhensible que vous ayez eu cet espoir. Mais arrêter "pour quelqu'un d'autre", aussi important soit cet autre, ne permet pas de résoudre les raisons, toujours personnelles, pour lesquelles on a besoin d'un produit. C'est pourquoi nous vous encourageons, vous et votre compagnon, à chercher, en lui, et pour lui, la motivation nécessaire pour se passer du cannabis.

Si le dialogue est toujours à encourager, il ne fait pas non plus de miracle, et il se peut que cette situation, difficile à vivre pour vous, dure encore quelques temps. Chacun a ses propres limites par rapport à ce que l'on est capable de supporter, de vivre. Vous nous dites que vous êtes fatiguée, que vous perdez confiance. Il semble important que vous soyiez soutenue dans les difficultés que vous traversez. Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) reçoivent autant la personne qui consomme, que les proches, pour des conseils et du soutien. Nous vous indiquons en fin de message les adresses de ces centres à Bordeaux, n'hésitez pas à les contacter si besoin.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

Association Addictions France - CSAPA de Bordeaux

67, rue Chevalier
33000 BORDEAUX

Tél : 05 57 57 00 77
Site web : addictions-france.org/etablissements/csapa-de-bordeaux/
Accueil du public : Du lundi au Vendredi de 8h30 à 19h (sauf vendredi jusqu'à 17h)

Secrétariat : Du lundi au jeudi de 8h30 à 19h. Le vendredi de 8h30 à 17h.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur place ou avec le dispositif CAAN'ABUS Bordeaux : 41 rue Sainte Colombe

Voir la fiche détaillée

CEID Addictions - Centre Maurice SERISÉ

24, rue du Parlement Saint-Pierre
33000 BORDEAUX

Tél : 05 56 44 84 86
Site web : ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h
Accueil du public : du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, sauf mercredi matin
Centre : Pour l'analyse de produits contacter le 07 50 54 48 07

Voir la fiche détaillée