© Drogues Info Service - 6 octobre 2026

Forums pour l'entourage

Peut il vraiment arrêter ?

Par Profil supprimé Posté le 07/11/2018 à 22h14

Bonjour,

Je vous écris pour avoir vos avis, vos expériences...

Voilà ma situation. Je suis avec mon conjoint depuis 4 ans. Nous avons 30 ans tous les deux. Il fume de l'herbe quotidiennement, depuis ses 15 ans. Lorsque nous nous sommes rencontrés, je fumais aussi, mais occasionnellement.
Bref, notre histoire a commencé, nous avons quasiment toujours fumé ensemble, pour moi ce n'était pas un problème, je ne fumais que le soir, cela ne m'a jamais empêché de travailler faire du sport, avoir une vie sociale, j'arrivais à avoir une consommation maîtrisée. Si on en avait plus je ne fumais pas, point.

Mon conjoint c'est une autre histoire, il a toujours été un plus gros fumeur, cela ne l'a jamais empêché non plus de travailler, faire son potager, du sport, beaucoup de bricolage... C'est un hyperactif ! Pas du tout l'image du fumeur endormi devant sa console !! Par contre il a toujours eu plus de mal à reguler sa consommation, qui a tendance à aller de manière exponentielle, il vivait bcp plus mal que moi les périodes sans rien à fumer... Il a vraiment un profil d'addict, il y a pas mal d'antécédents d'alcoolisme dans sa famille, d'ailleurs il a tendance à ne pas maîtriser sa consommation d'alcool en soirée, il boit souvent beaucoup trop, à s'en rendre malade, à ne plus profiter de la soirée car il est trop ivre. Ça m'a toujours agacée et inquiétée mais ce n'est qu'une infime partie de sa personne et au quotidien notre relation était idéale. Nous avons acheté une maison qu'il retape seul en faisant un travail incroyable.

Nous avons donc décidé de fonder une famille. Je suis tombée enceinte il y a 6 mois et j'ai arrêté de fumer sans problème, mais pas lui.
Il avait planté de l'herbe dans le jardin et attendait de faire sa récolte en fumant celle des copains...

Mais il y 1 mois et demi, un soir en sortant du boulot les flics l'ont arrêté : test salivaire. Retrait de permis immédiat pour 4 mois, perquisition à la maison ou ils ont arraché les 2 pieds d'herbe, passage des chiens dans la maison, l'horreur totale...c'est la 3eme fois qu'il se fait prendre au volant. Il ne fume jamais au volant mais comme vous le savez, ou pas d'ailleurs, le thc reste dans la salve jusqu'à 72 heures après avoir fumé... Bref, L'avocat est assez sur de ce qu'il prendra lors de son passage au tribunal au mois de mai : de nouveau 6 mois minimum d'annulation, saisie du véhicule, prison avec sursis, éventuellement obligation de soins.

Autant vous dire que notre joli petit monde s'est écroulé. Je précise que l'on vit en pleine campagne et qu'ici le permis est juste indispensable.
Mon conjoint vit hyper mal cette situation, le sentiment d'injustice est très fort, il se sent trop nul vis à vis de moi et du bébé, humilié vis à vis de notre entourage, de la famille, il déprime, est désagréable, il est coincé à la maison, heureusement il a trouvé du boulot en intérim pas loin et s'est fait prêter un scooter mais cette situation le fout en l'air. Pour le reste je dois l'emmener partout, avec mon ventre de plus en plus gros... Il ne pourra peut être pas me conduire à la maternité, on ne sait pas comment on va faire pour qu'il vienne la bas,

c'est à plus de 45 minutes de route en voiture de la maison... Je vis très très mal cette situation qui me pourrit ma grossesse. Je suis dans l'incertitude la plus totale concernant un avenir qui me paraissait tout tracé. Notre relation en a pris un sacré coup.

Il a arrêté de fumer quasi le jour même, tellement le choc a été rude. Le sevrage physique a été très très dur, des nuits sans dormir, à transpirer comme un bœuf, une humeur de chien, beaucoup d'agressivité... Tout ceci est passé mais à laissé place à une déprime de fond, qu'il ne reconnaît qu'à moitié. Il a beaucoup changé, il est triste, mou, absent.

Au début il disait qu'il ne retoucherait plus jamais à l'herbe, étant donné la situation, c'est bien trop risqué, il aurait vraiment tout à perdre. Et la ce soir au court du dîner, d'un coup il me sort que quand même, il tirera quelques taffes en soirée, sur le joint dun copain, mais très occasionnellement. Je me suis effondrée. S'en est suivie une énorme dispute, avec beaucoup de larmes. J'ai fait une crise d'angoisse pour la première fois de ma vie, il m'a avoué qu'il avait pensé au suicide plusieurs fois depuis ce mois et demi.

Ce qui m'a fait meffondrer c'est que pour moi le fait qu'il dise ça, qu'il fumerait à l'occasion, c'est la preuve qu'il ne pourra jamais arrêter. Il est trop en manque, psychologiquement c'est insupportable pour lui, et peut-être que ce n'est pas que transitoire. J'ai peur qu'il se remette à fumer comme avant, et qu'il ait de nouveau des ennuis avec la justice. Qu'il se retrouve en prison. Je ne veux pas de cette vie là pour moi, pour mon bébé, j'ai peur. Je vois bien le mécanisme de l'addition se mettre en place. On est déjà passé de "je n'y touche plus" a "quelques taffes de temps en temps", la machine est en route, bientôt il refusera tous les jours.

Je sais que c'est dur à comprendre quand on ne la pas vécu mais ce qui est arrivé à détruit notre vie. Nous étions dans l'innocence, le bonheur, plein de certitudes. Aujourd'hui nous vivons dans le doute, sans confiance, notre relation ternit, se délite. Nous vivons dans l'angoisse du déroulement de la naissance du bébé, dans l'angoisse du jugement, des problèmes financiers qui vont en découler, de l'incertitude de garder son travail.. . Cette situation est intenable pour nous deux.

Il a eu rdv au centre d'addicto mais de ce qu'il m'a raconté franchement ça a l'air n'importe quoi ce suivi. Un rdv une fois par mois avec une infirmière pour discuter... Il lui a raconté que ça allait, qu'il était sevré, pas besoin de médocs, qu'il avait pas envie de fumer puis que ça... Comme tous les addicts il est très fort pour faire semblant que tout va bien devant les autres. Elle semble avoir tout gobé. En tous cas elle ne lui a rien proposé d'autre qun rdv dans 1 mois, merci bonsoir.

Nous avons pas mal de fumeurs dans notre entourage, j'ai peur qu'il rechute à la première occasion. Je ne lui fais pas confiance, je pense que l'addition est trop forte. Comme tous les accros il dis que j'exagère, qu'il peut gérer, maîtriser mais moi je sais que c'est faux. De toute façons avec sa situation judiciaire le moindre faux pas peut lui coûter très cher puisque même un seul joint rend positif au test salivaire. Et les flics de chez nous l'ont bien repéré, c'est la campagne.

À la fin de notre dispute ce soir il a admis que j'avais raison, qu'il ne pouvait pas avoir de consommation modérée, mais je sais que ce discours ne durera pas...

Voilà, je suis vraiment au plus mal, ma première grossesse est gâchée et ça c'est irrécupérable. Je voudrais que mon avenir ne soit pas gâché également.

Je voudrais savoir ce que vous en pensez, si il est possible de vraiment se sevrer, si oui comment, vers qui se tourner puisque le csapa semble incompétent...

Merci

4 réponses

Profil supprimé - 08/11/2018 à 17h00

Chère,

Je ne peux que t’encourager à rester ferme: si tu veux une vie avec moi, elle sera sans joints.

J’ai rompu cet été avec mon mari après 21 ans de vie commune et quatre enfants. Même si la weed était un sujet de dispute régulier, je ne voulais pas détruire notre si belle famille. Mais l'année passée j’ai réalisé que c’est lui qui détruisait notre famille, mes deux ados sont aussi devenus accros.

J’ai lui ai dit qu’il avait une année pour régler son addiction. Il a fait quelques tentatives mais, comme d’hab, les échéances ne semblent pas respectables. Je l’ai quitté.
Mais je ne suis toujours pas débarrassé du problème vu que mes deux grands fument.

Dans ce que je lis, j’ai l’impression qu’il y a des chances qu’il y arrive. Peut-être doit-il trouver un autre moyen de détente/défonce? Le yoga, un sport?

Ce que j’ai appris sur moi-même c’est que je n’etais pas assez claire dans ce que je voulais, en tout cas pas assez claire pour aller jusqu’à la conséquence.

Pareil maintenant avec mes deux grands: j’ai exigé qu’ils ne fument pas la semaine en étant plus coulante pour les week-ends. Comme l’ainé a 19 ans, je lui ai dit que s’il ne respectait pas cette règle, il devrait se trouver un appartement. Hé bien il ne respecte pas. Mais qu’est-ce que ça me coûte de le virer....

Franchement, si c’est plus qu’une fumette festive exceptionnelle, le joint détruit la famille, crois-moi.

Il y a deux semaines j’ai rencontré une nana qui a vécu presque la même chose dauf qu’elle n’est pas séparée. Les excuses qu’elle déployait pour dire que ça marche! Cest tout elle qui gère, les trois enfants maintenant adultes vivent encore à la maison et fument aussi tous les jours....

Il y a un moment où tu sentiras que ce n’est plus possible. Ce n’est plus un doute mais une évidence. Chez moi ce fut très tard...

Courage!

Profil supprimé - 08/11/2018 à 17h20

Bonjour Gommette

J'ai 35 ans et j'ai fumé pendant 16 ans. Je fumai beaucoup et tout les jours.
Je ne fume plus depuis 8 semaines maintenant et je n'en ai pas envie.
Je pense que le problème vient du fait que le sevrage de votre compagnon est du en grande partie au fait que son arrêt n'est pas un choix personnel. Il a arrêté par obligation et non par envie, et il subit cet arrêt plus qu'il ne le désire.
Il refumera si l'occasion se présente car le désir de fumer est toujours présent.
Parlez lui et soutenez le dans cet période car le sevrage n'est qu'un début.

Bon courage à vous et n'hésitez pas à poser d'autres questions.

Cdlt

Profil supprimé - 11/11/2018 à 20h15

Bonjour Lini, bonjour Bruno,

Merci pour vos réponses.
Lini je suis d'accord avec vous, moi aussi je voudrais être ferme : si tu vis avec moi, c'est sans joint. Malheureusement ce n'est pas si simple que ça. Je suis enceinte, nous avons acheté une maison ensemble. Je ne peux pas simplement prendre mes valises et me barrer. Je n'ai d'ailleurs nulle part où aller. Même si en ce moment parfois j'en ai très envie. Et d'autre part je lui ai dit plusieurs fois que j'avais peur que cette situation nous mène à la séparation, qu'à un moment il faudra qu'il choisisse entre moi et la beuh, je n'ai pas l'impression que ça le fasse réagir. Pourtant il dit m'aimer plus que tout.

Moi ce que je vois c'est que cette situation est en train de détruire notre amour. Il parle de plus en plus de refuser, en disant que ce ne sera pas tous les jours, mais juste de temps en temps, qu'il ne faut pas que je m'inquiète, qu'il ne va pas se retrouver en prion pour ça. Ce soir énième prise de tête dans les larmes, il me dit que j'exagère, en gros pour lui je suis en train de virer dépressive toute seule comme une grande et ça 'à rien à voir avec tout ce qu'il me fait subir. Et il me balance aussi régulièrement que moi aussi je fumais, donc que mon discours n'est pas valable.

Effectivement pour moi le problème n'est pas qu'il fume, ça ne la jamais été.
Mais aujourd'hui les choses sont différentes, il y a les conséquences juridiques, les risques énormes quil encourt en fumant de nouveau. Ce qu'il ne semble pas comprendre, c'est la portée symbolique de ses actes. Il ne cesse de me dire "c'est pas parce que je fume un joint que je vais aller en taule". Effectivement. Sauf que fumer ce joint sera la preuve qu'il n'est pas capable de se passer d'un pétard pour moi, pour notre couple, pour notre famille. Que ce pétard est plus important pour lui que tout le reste. Elle est la la véritable addiction je crois. Celle qui peut tout détruire.

Je commence donc à envisager, comme vous le dites Lini, à aller jusqu'au bout, à assumer les conséquences de ce que je veux. Mais c'est énorme. Cela veut dire partir maintenant, trouver un endroit où vivre tout en continuant à payer le crédit de la maison, envisager de la vendre, élever mon enfant seule... C'est terrifiant d'écrire ça. Je n'aurais jamais cru que ma vie puisse prendre une telle tournure. Pour moi il n'y avait que les cassos, les gens borderline pour vivre de telles choses, ça ne pouvait pas m'arriver, moi qui suis une fille intelligente, d'une bonne famille. Foutaises...

Je me rappelle les paroles d'une copine qui m'avait dit un jour "il est gentil ton chéri, mais ne fait pas d'enfant avec un fumeur, je tassure, la fume et la famille, c'est totalement incompatible." elle avait elle même vécu la situation. Ses mots résonnent aujourd'hui et je crois enfin comprendre ce qu'elle voulait dire.

Lini, je suis désolée pour vos garçons, j'espère sincèrement que vous trouverez des issues. Si je peux me permettre, je vous encourage sincèrement à ne pas lâcher prise sur l'autorité parentale, les parents de mon conjoint ont toujours été dans le déni de son addiction, pourtant ils savent qu'il te depuis ses 15 ans, mais voilà ils ne voulaient pas se confronter au problème, et aujourd'hui ils le regrettent amèrement. Sa mère s'est confiée à moi à ce sujet et je pense queffectivement il y a eu un gros manque de cadre à ce niveau là.aujourd'hui il est trop tard, mais elle regrette et elle se dit que si ils avaient été plus fermes, si ils avaient posé des interdits, leur fils se retrouverait peut être pas devant le tribunal avec de la prison avec sursis.

Bruno, mes félicitations pour votre sevrage. J'aurais vraiment aimé que ce soit aussi facile pour mon conjoint. Je suis d'accord avec vous ce n'est pas un vrai choix mais une obligation, aussi la motivation n'est pas du tout la même. J'aurais cru que le bien être de sa famille soit une motivation suffisante mais apparemment non. Je

ne crois pas pouvoir le soutenir au sens propre au vu de la situation. J'ai moi même grand besoin d'un soutien que je n'ai pas.

Profil supprimé - 11/11/2018 à 22h31

Rebonsoir,

Mon conjoint vient de revenir vers moi pour parler après que nous ayons passé la soirée chacun de notre côté.

Il m'a dit que j'avais raison (je précise que c'était pas le but, hein, je me fous d'avoir raison en soi...), que la beuh lui avait déjà trop coûté, nous avait déjà trop coûté, qu'il nous devait à moi et au bébé de passer à autre chose.
Qu'il devait grandir, assumer.
Qu'il voulait vraiment tourner la page.
Que nous étions plus importants que tout à ses yeux, bien plus importants que quelques pétards
Il m'a dit avoir compris que ce n'était pas une question de nombre de joints mais plutôt de la portée symbolique de ses actes dont il était question, que malgré tout il y avait toujours un risque encouru à fumer et que ce risque il nous le faisait courir à tous les 3 pour une addiction.
Qu'il avait compris qu'il fallait que je puisse retrouver un peu de sérénité après presque 2 mois de déprime et d'angoisse, que notre bébé a forcément ressenti lui aussi, avec des conséquences qui je l'espère ne seront pas trop graves.
Il m'a juré que ce n'étaient pas des paroles en l'air, qu'il tiendrait son engagement.

De mon côté je lui ai promis de le soutenir, d'être présente pour lui, pour l'aider à surmonter le manque, les envies.

Voilà, j'espère sincèrement que l'on va pouvoir enfin avancer, je vous tiendrais au courant, mais je suis déjà un peu plus apaisée, comme quoi il faut dialoguer, confronter, s'exprimer, ne pas lâcher et ne pas se taire ni faire semblant.