© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Comment aider/ se comporter auprès d'un jeune

Par Profil supprimé Postée le 07/03/2019 18:59

> Bonsoir, je suis casi sûre que mon frère de 19 ans se drogue (cocaïne/autre) et ça me fait beaucoup de peine de le voir dans cet état là. J'aimerai l'aider mais je me sens complètement impuissante. Du coup quand il vient me parler j'écoute mais j'ai jamais fait de commentaires poussés. J'ai peur qu'il devienne addict (à moins qu'il le soit déjà ?) et qu'il continue de voir la vie ainsi : la vie c'est de la merde, tout est nul, le seul plaisir c'est de sortir en soirée et s'éclater.
>
> À votre avis il faut que je continue d'être "passive" ou il y a des choses que je peux faire pour l'aider ?
> Merci beaucoup bonne soirée

Mise en ligne le 08/03/2019

Bonjour,

Votre frère vous a parlé de ses consommations et cela montre qu'il vous fait assez confiance pour vous en parler.

L'écoute dont vous avez fait part est déjà précieuse.

Vos craintes de lui parler de façon plus approfondie sont tout à fait compréhensibles.Dans ce type de situation, on appréhende toujours la réaction de l'autre, par peur de le "braquer", de générer des conflits, de ne pas avoir su l'aider.....

Dans un premier temps, nous vous encourageons à essayer de maintenir une communication ouverte et pas forcément centrée sur ses consommations afin d'essayer de comprendre quel est son rapport aux produits.

Votre frère a certainement pris des drogues, tout d'abord, pour l’expérience qu'elles procurent, pour leurs effets euphorisants, …. Mais il semblerait qu'aujourd'hui, il consomme également pour soulager, apaiser un mal-être. Vous semblez effectivement penser qu'il peut s'agir de cela surtout quand il vous fait part de sa vision assez pessimiste de la vie.

Nous entendons votre besoin de l'aider, mais il nous paraît important que vous ayez conscience qu'il reste le seul à pouvoir agir sur lui et à décider d'arrêter de consommer. Nous comprenons votre sentiment d'impuissance, très présent chez l'entourage, et c'est pour cela que nous vous encourageons à solliciter une aide.

Sachez qu'il existe des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC). Ces consultations externes sont gratuites, confidentielles et reçoivent les jeunes usagers mais également, de façon ponctuelle, leur entourage. Des professionnels de santé (médecins, psychologues, éducateurs, …) seront là pour vous aider à travailler sur votre positionnement. Ces démarches pourront peut-être, aussi, par ricochet, amener votre frère vers une consultation.

Pour cela, vous trouverez les coordonnées des CJC proches de chez vous sur notre site internet www.drogues-info-service.fr, via la rubrique « adresses utiles ».

Pour un soutien ou pour un échange plus approfondi, sachez aussi que nos écoutants sont joignables, pour vous et votre frère, s'il le souhaite, soit par téléphone au *0800 23 13 13*, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat, via notre site internet, tous les jours de 14h à minuit.

Bien à vous

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service