© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Ma fille de 20 ans fume toute la journée

Par Fgl5 Posté le 11/04/2023 à 16h37

Bonjour
Je suis désemparée car ma fille de 20 ans fume tous les jours.
Elle a arrêté ses études et n'arrive pas à garder un travail.
Elle se lève très tard et ne fait rien de ses journées.
Elle a son propre studio mais c'est un dépotoir. Tout est laissé à l'abandon. Même son hygiène personnelle est douteuse...
Je ne comprends pas comment on en est arrivé là.
Je n'arrive plus à l'aider. Je suis détruite à chaque fois que je vais chez elle et que je vois un tel gâchis.
Elle vit de quelques allocations chômage et me demande de l'aider financièrement. Mais je fatigue de voir la situation empirer et j'ai l'impression de contribuer à ça en l'aidant financièrement.
Elle ne veut pas se faire aider, ne va pas à ses rdv psy et m'envoie balader à chaque fois que je lui dit que ça ne peux pas continuer comme ça.
J'ai tout essayé, manière forte ou douce mais là je fatigue vraiment et mon moral est au plus bas.
C'est une fille tellement intelligente et la voir comme ça me brise le cœur.
Je ne sais pas comment l'aider, et j'ai peur qu'elle ait encore plus de problèmes si elle continue comme ça.
Peut être que des personnes ont déjà vécu cette situation et je suis preneuse de conseils.
Je n'ose pas en parler autour de moi, à ma famille, à mes amis.
Merci pour vos conseils ou vos témoignages.
Une maman très triste.

8 réponses

Profil supprimé - 11/04/2023 à 21h05

Bonsoir,

Je me suis quelque peu reconnu quand tu parlais de ta fille, j'ai 20 ans et fin année 2022 je fumais je fumais je fumais, je faisais que ça, tu rentres vite dans un cercle vicieux à cause de ça, parce que ça fait rire, bien dormir et quand tu manges c'est meilleur mais pour tous les côtés négatifs...bon.

J'ai dû fumer tous les jours pendant plus d'un mois, mais j'ai dû faire face à un sevrage non anticipé, très dur, surtout les 15kg en moins, 'fin bref !

Pour ta fille qui devient casanière, la fumette, qu'est-ce que ça rend paresseux, irritable et tout plein de truc, se laver et faire du ménage devient une vraie plaie. Je sais pas trop quoi te conseiller vu que moi personne m'a aidé mais tu devrais pas l'aider financièrement, car que fera-t-elle de cette argent ? Je veux pas être

méchante mais quand elle se rendra compte qu'elle n'aura plus d'argent pour vivre peut-être aura-t-elle du recul par rapport à la situation. Dans ce genre de cas on veut pas d'aide, peut-être va-t-elle s'aider elle-même à un moment.

Elle doit être assez têtue en tout cas, si ma mère était comme ça avec moi, inquiète, je saurais pas quoi faire.

Pour des solutions concrètes, après mon discours, c'est que tu devrais en parler, si tu peux, à des gens proches d'elle pour checker les points de vue, niveau famille fait éviter ceux qui parlent trop, à sa place j'aimerais pas que ça soit rendu "publique" (si c'est pas trop tard). Ça servirait à rien de lui dire de baisser sa consommation, elle le fera pas. Tu pourrais peut-être en parler avec un psychologue, 'fin un professionnel dans ce domaine.

Voili voilou, merci d'avoir lu ce pavé, en espérant que ça aille mieux !

Neige1122 - 12/04/2023 à 11h26

Quelle désolation , je vis à peu près le même scénario depuis que j’ai récupéré ma fille chez moi il y a un an .. je ne savais pas à l’époque qu’elle était devenue toxicomane et ça a été une vraie douche froide . Par contre elle c’est cocaine et alcool . Je ne vous fais pas un dessin … je comprends tout à fait ce que vous pouvez ressentir , à ce jour , je n’ai moi même trouvé aucune solution pour la tirer de là . Nous avons tout essayé son père et moi , mais rien n’y fait . La drogue est plus forte que tout . Elle fait n’importe quoi . Conduit sous l’emprise de l’alcool et cocaine . Dernièrement elle est allée dans un précipice avec sa voiture . J’ai cru que jamais on n’allait la retrouver car c’était de nuit et elle avait fait un tonneau . Dieu merci des zèbres l’ont arrêtée car la rivière se trouvait en contrebas . Depuis nous lui avons redonné une voiture , mais on regrette , çà partait d’un bon sentiment , pour qu’elle puisse aller travailler au cas où …. Mais ça . J’ai bien compris que ça ne sert plus à rien d’espérer . Dans le cas dz votre fille , on va dire que c’est un peu moins grave . Le cannabis on s’en sort . Accrochez-vous . Mais ne lui donnez plus d’argent . Je sais que c’est facile à dire . Mais il ne faut pas plier . Courage à vous je sais combien c’est douloureux de voir son enfant comme ça et de se sentir tellement impuissante . …

Nanie0530 - 12/04/2023 à 13h50

Bonjour fgl5
Je me suis reconnue dans ton témoignage mon fils de 20 ans est dans la même situation que ta fille sauf qu il habite sous mon toit et que tout cela devient invivable. Je me lève à 5h30 pour aller travailler et quand je rentre il est encore couché il ne fais rien que fumer dormir et jouer à l ordi. Je suis désespéré j ai tout essayé pour l aider mais la je n'en peux plus !! Je suis à bout de nerf et je ne peux plus le supporter et le voir dans cet état !! Comme tu dis comment on a pu en arriver là !!?? Je lui ai payé son permis qu il a perdu depuis , une voiture qui a fini à la casse et m'a propre voiture qu il a cassé aussi !! J ai payé plus de 2000 euros d amendes je suis arrivé à saturation et son père qui ne veux pas le prendre chez lui !! Je l ai mis dehors plusieurs fois mais il revient toujours il ne veut pas partir et c'est très dur de mettre son enfant à la porte en sachant qu il dormira dehors ..il est en train de me gâcher ma vie et il dit toujours que c est pas sa faute toujours une bonne excuse à tout !! On ne peux plus communiquer sans se prendre la tête c est horrible

Je suis comme toi je n ai pas la solution sauf que je ne lui donne plus 1 euro et même si il est à découvert je ne fourni plus son compte par peur qu il ai des agios et que ce soit pire !! Je suis en train d abandonner car il m à usé !! Je pense même à quitter ma maison et partir à l étranger tout abandonner

Anonymeuse - 12/04/2023 à 21h42

Bonsoir à tous,

Je me permets d’apporter mon expérience.. je fume depuis environ 6 ans et suite à décès de mon père je fume vraiment plus 4 joints minimum par jour

Je n’arrive pas à arrêter malgré les dégâts que cette drogue a causé (perte de poids, d’appétit, stressé, tempérament nerveux, bref que du négatif)

Mais elle m’as apporté également l’opportunité d’oublier mes problèmes le temps d’un instant de m’évader (de fuir la réalité)

Si y’a fille en est là je pense qu’elle renferme un profond mal-être car qui aime se voir dépérir comme ça !
Moi j’ai perdu confiance en moi en mon couple en tout
Mais je me bat tous les jours en essayant d’arrêter mais la vie est tellement dure que baisser les bras est la facilité
Les épreuves de la vie laisse des cicatrices apparentes et cette drogue t’aide à te renfermer et oublier… ces 6 dernière année sont passés tellement vite que je ne saurais vous dire ce que j’ai fait de bien à part me relever à chaque chute ! Je peux pas le dire à ma mère car sa déception serait tellement grande et le reste de ma famille reste faible face à mon caractère bien trempé (en gros j’ai honte donc je l’es laisse même pas m’en parler je leurs trouve plutôt des défauts pour cacher le miens …)

Si vous voulez aider vos enfants ou proches à arrêter c’est un long combat que je pense vous devez mener et c’est un accompagnement solide. C’est comme aider un dépressif à guérir, seul c’est dur !

Bon courage à tous et que dieu nous vienne en aide.

Profil supprimé - 13/04/2023 à 20h56

Rebonsoir !

J'ai trouvé un petit documentaire sur l'addiction au cannabis qui est assez intéressant, je vous met le lien si ça vous intéresse !

https://youtu.be/97jmUivtVMQ

Profil supprimé - 14/04/2023 à 08h50

Bonjour revansse
Je vis également le même dilemme avec mon fils de 25 ans ,je suis à bout de souffle entre cocaïne et alcool je sais plus quoi faire...le dialogue est compliqué. Pourtant c'est un garçon intelligent 6 ans avec ses additions, il s'était arrêté 18 mois enfin je l'avais retrouvé cela n'a pas durée il a replonger. Il avait pris son indépendance mais malheureusement vue l'état de son Logement j'ai vite compris du coup retour à la maison..j'ai arrêté également de mettre à jour son compte mais la banque a accepté un crédit, super !!!
Il travaille quand même mais il faut le lever car joue la nuit sans cesse...
Je souhaite courage à nous tous car vraiment dur cette situation. Que faire?? Je suis perdu ,désespérée

Profil supprimé - 14/04/2023 à 22h36

Bonsoir Meli !

Cocaïne et alcool, ça doit être vraiment dur pour toi alors, malheureusement ce combo est assez addictif, que ton fils ai déjà arrêté est une bonne chose, car il sait s'arrêter, mais le problème c'est qu'il peut reprendre. C'est bien que tu ai arrêté de mettre son compte à jour en tout cas, comme je l'avais dit pour la fille de Fgl5, ça lui permettra de voir qu'à un moment il ne pourra peut-être pas tout prendre en charge financièrement, même si il a un travail.

Tu peux essayer d'en parler à des personnes de confiance qui le connaisse pour voir quelles approches est la meilleure pour le raisonner.

Bon courage !

Vacorse - 16/04/2023 à 18h55

Bonjour je vis la même chose avec mon fils de 23 ans accro au canabis déjà depuis quelques années ! On a tout essayé avec mon mari. On a été voir une psychologue pour nous aider ! On essaie de se détacher de lui mais c’est dur. Il est très intelligent mais a gâché sa scolarité il travaille désormais en saison donc part quelques mois de la maison. On profite de ce moment là pour se ressourcer mais je suis toujours inquiète . J’espère qu’on jour il voudra s’en sortir !! En lisant tous ces témoignages on se dit qu’on n’est pas seul à vivre ce genre de situation ! Bon courage à tous et suis prête à échanger avec d’autres parents