© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

aider mon fils

Par jidi Posté le 10/05/2023 à 15h45

mon fils est un grand consommateur de cannabis cependant il est dans le déni total. il refuse d'admettre que sa consommation est responsable de ses ennuis de santé.
comment faire pour l'aider afin qu'il accepte de consulter?
Merci pour vos suggestions

4 réponses

Moderateur - 11/05/2023 à 08h00

Bonjour Jidi,

Le déni c'est particulièrement désarmant et désespérant. Il faut s'accrocher pour ne pas exploser ou croire que l'on devient "fou" lorsqu'on y est confronté.

Mon premier conseil c'est d'essayer de ne pas baisser les bras. Je vous conseille aussi d'être très factuel, c'est-à-dire de décrire ce qui se passe pour le renvoyer à votre fils tel un miroir bienveillant mais en l'interprétant le moins possible. En effet, si vous rapportez tout ce qui se passe à sa consommation de cannabis vous suscitez de la résistance chez lui. Quelle qu'en soit la raison votre fils manifeste, par son déni, qu'il n'est pas encore prêt à remettre en cause sa consommation. Et en l'occurrence il faut que cette remise en cause puisse venir de lui. Il faut donc essayez de décrire ce qui se passe et ce que ça vous fait à vous tout en essayant d'éviter de l'accuser d'en être responsable à cause de sa consommation. Ce n'est pas facile.

Vous ne décrivez pas ses ennuis de santé mais il est possible aussi que sa consommation de cannabis le soulage de ses douleurs, qu'elles soient physiques ou morales. Dans ce cas, lorsque vous lui demandez d'arrêter de consommer, vous lui demandez de s'enlever ce qu'il perçoit comme étant une source de réconfort pour lui ou tout à moins de plaisir. Ceci alors qu'il est dans un environnement difficile pour lui à cause de sa santé. C'est peut-être une marche un peut trop haute à franchir pour lui pour l'instant.

Enfin, vous ne pouvez pas y échapper, quand il s'agit d'une relation de parent à enfant et quand l'enfant est en fin d'adolescence ou jeune adulte il vient toujours se greffer un enjeu d'autonomie derrière la poursuite ou la cessation de la consommation. Comme si céder à l'injonction parentale d'arrêter de consommer c'était céder sur son autonomisation, renoncer à être adulte pour lui. C'est quasiment impossible. C'est aussi pour cela que bien qu'en tant que parent vous ayez un rôle d'alerte et de vigilance important à jouer, la résolution du problème ou les avancées significatives passeront probablement par des tiers (adultes extérieurs à la cellule familiale, petite amie, professionnel, etc.) et par le renvoi à ses propres responsabilités.

Si vous souhaitez des conseils plus approfondis et un point détaillé sur la situation de votre fils, sachez que vous pouvez vous adresser à ce qui s'appelle une "Consultation jeunes consommateurs" (CJC). Malgré leur nom ces consultations s'adressent aussi aux parents qui ne savent plus quoi faire avec leur enfant consommateur de drogue ou d'alcool. Vous y serez reçu gratuitement par des professionnels qui connaissent bien ces questions. Pour trouver les coordonnées d'une CJC proche de chez vous vous pouvez nous appeler (0 800 23 13 13, appel anonyme et gratuit 7j/7 de 8h à 2h) ou utiliser notre annuaire "adresses utiles" sur ce site.

Cordialement,

le modérateur.

jidi - 11/05/2023 à 16h48

bonsoir
merci de votre attention.
Une tentative de discussion avec mon fils cet après midi a tourné court. Il est tellement persuadé que le cannabis est inoffensif que j'ai du mal à imaginer la suite, à savoir comment le décider de m'accompagner au moins à 1 consultation. Son passage aux urgences est selon lui étranger à sa consommation, bien que je lui aie parlé du SHC (dont il connait pourtant les symptômes). je me heurte à un mur. Pourtant nos rapports son fusionnels...
je vais suivre vos conseils et me rapprocher d'une CJC, car je suis démuni et incompétent devant ce problème; je culpabilise car c'est avant, bien avant qu'il aurait fallu être vigilant et plus présent (bien qu'il me semble que j'ai été un père très impliqué).
j'ai l'impression qu'il "déraille" de plus en plus, et bien que j'essaie de lui montrer que les choses autour de lui s'écroulent petit à petit, il n'y a pas de sursaut positif;
il y a la théorie et la pratique. c'est très compliqué. Je suis tellement proche de lui.
cordialement.

Moderateur - 12/05/2023 à 14h33

Bonjour Jidi,

Merci pour votre réponse qui éclaire un peu plus la situation.

Si vous n'avez pas déjà eu l'occasion de le faire, pouvez-vous, s'il vous-plait, lire la contribution de Maximus que vous trouverez en haut de cette page :
https://www.drogues-info-service....tourage/Yo-Yo-emotionnel/(offset)/54

Il s'agit du retour d'expérience d'un père.

Ce n'est pas forcément un commentaire de votre situation mais n'hésitez pas à nous dire ce que cela vous inspire.

Cordialement,

le modérateur.

jidi - 12/05/2023 à 15h09

Bonjour,
Maximus semble dire qu'il faut nuancer son rapport à l 'Autre. J'ai déjà réfléchi sur ce point; J'ai essayé de prendre de la distance et, d'une certaine façon, de prendre soin de moi. Trop impliqué, j'en arrive à flancher au travail (crise de larmes hier matin). mettre de la distance physique avec mon fils serait pour moi une façon de le laisser seul et je ne crois pas que dans ma situation, cela soit envisageable.
Au contraire, j'essaie d'être encore plus présent, de lui montrer que je suis toujours là pour lui. Je vais m'applique à lui faire prendre conscience de sa réalité. Il souffre depuis 3 jours de vomissements et de douleurs thoraciques. Un passage aux urgences, 2 prises de sang, radio des poumons; tout est normal. Je lui ai donc parlé du syndrome de l'hyperemie cannabinoid (detecté aux urgence, sans aucun doute) mais il refuse de faire le lien avec sa consommation excessive de cannabis. j'en suis là. Je lui demande s'il prends des douches chaudes et si cela le soulage; il avoue du bout des lèvres que oui, car accepter que ces douches chaudes le soulagent, ce serait accepter qu'il s'agit bien du SHC. Dans le déni absolu.
je me dis qu'avec de la patience, du dialogue (même si je me heurte à un mur), il va prendre conscience de la réalité. il me dit qu'il n'a as fumé depuis 2 jours. Je n'y crois guère.
Je suis content pour Maximus et son témoignage apporte de l'espoir. C'est essentiel finalement., l'espoir.
Merci de votre écoute?
Cordialement