© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Cocaine, drogues…. impuissance des parents

Par Elisabeth Posté le 11/02/2024 à 15h35

Bonjour, nouvelle sur le forum j’ai besoin d’aide entant que « maman ».
Mon fils a 23 ans, a commencé à fumer du cannabis dès l’adolescence et maintenant ne peut plus s’en passer. Il a son appartement.
Lors de soirées il a goûté à de nouvelles drogues de synthèses comme la 3-MMC où il est devenu addict. Il a arrêté en prenant de la cocaine. Il me dit ne pas être accro à la cocaine (il en prend tous les we avec de l’alcool).
Il est en activité mais passe par des périodes où il dit qu’il se sent bien et d’autres où ca ne vas pas : fatigue, moral….
Jusqu’à présent on communiquait beaucoup, entant que parents nous avons cherché de nombreuses solutions : psychologue, addictologue, psychiatre …. Il a toujours consulté mais au bout d’un moment abandonne chaque prise en charge.
Le psychiatre lui a donné des antidépresseurs, il a commencé à les prendre mais a vite arrêté.
Nous sommes très angoissé, peur pour sa santé. Il dit maintenant qu’on ne l’aide pas quand on lui en parle , cela lui rajoute des problèmes…. Je me sens désemparée. Il sait que nous sommes présent pour lui si besoin. Il doit culpabiliser par rapport à nous. Il m’a fait comprendre que cela n’est pas notre problème et que nous ne pouvons rien faire. J’apprends également que sa copine consomme aussi….
Je ne sais plus comment réagir…. Je ne le juge pas il le sait mais je soulèverai des montagnes pour l’aider et malheureusement je suis impuissante, nous, parents, sommes impuissants….

3 réponses

Charliiie - 12/02/2024 à 09h31

Bonjour Elisabeth,

Bienvenue sur ce forum. J’espère que vous y trouverez des réponses et du soutien, surtout!

Je suis navrée et triste pour ce que vous traversez. Je le vis moi-même avec mon compagnon et j’observe aussi les sentiments de ses propres parents. Ce que vous écrivez ci-dessus me parle beaucoup, je vois le même discours que mes beaux-parents. Je suis une maman et je n’ose imaginer à quel point cela doit être dur de vivre cela en tant que parents.

Ce que vous ressentez, ce sentiment d’impuissance, je le traverse aussi. C’est courant pour les proches des consommateurs.

J’ai envie de vous dire un tas de choses…

Déjà, je vous trouve bienveillante et soutenante (je suppose que son papa aussi?) et c’est déjà vraiment super de votre part car beaucoup de parents se braquent et réagissent (involontairement) maladroitement et sont dans le jugement. C’est déjà un bon point qu’il sache que vous êtes là pour l’aider et le soutenir et il me paraît utile de lui rappeler régulièrement. Peut-être aussi lui demander ouvertement s’il veut de l’aide et comment l’aider?

Il n’est pas impossible qu’il ne soit pas dans une démarche d’aide, il ne veut peut-être pas arrêter. Cela pourrait expliquer qu’il débute des traitements/suivis puis abandonne.

Malheureusement, s’il n’est pas dans cette démarche d’arrêt et de prise en charge, cela ne « prendra » pas. Il faudrait b’abord savoir ce qu’il veut.

Ensuite, il y’a sans doute tout un travail à faire sur vous-même: s’il refuse l’aide, il faudra accepter son choix et ne pas le forcer car cela ne le mènera nulle part sauf d’échecs en échecs.

S’il accèpte l’aide il faut se rendre compte que ce sera un très long combat d’arrêter les substances et il faut avoir en tête que les rechutes feront partie du processus de guérison.

Votre fils et vous êtes-vous bien informés? Beaucoup de personnes pensent que consommer juste le week-end ou occasionnellement est sans risque mais ne savent pas (pas encore!) que tôt ou tard cela risque de « déraper ». Discuter à ce sujet avec lui pourrait être utile.

Je suppose que vous avez déjà eu des discussions. Lui montrer et parler de vos inquiétudes (parler en JE) est toujours utile ainsi que montrer votre présence s’il en a besoin. Lui redire que votre porte restera tjs ouverte. Si vous en ressentez le besoin, n’hésitez pas à chercher du soutien auprès de services/psychologues.

N’oubliez pas que nous ne pouvons sauver les gens qui refusent l’aide (sinon on s’use et on s’oublie complètement) mais nous pouvons en tout cas tout tenter, dans l’espoir que cela fonctionne (je suis là-dedans et j’ai envie d’y croire).

Ce que vous vivez est difficile. Prenez soin de vous AUSSI.
Je vous souhaite bien du courage.

Poline - 12/02/2024 à 19h42

Bonjour et pareil pour mon fils
Cette impuissance est terrible
La société ne nous propose rien d’autre que de prendre soin de nous comme si une maman pouvait être heureuse quand son enfant est malade !
On ne vit pas on survit dans l’angoisse perpétuelle !
On s’isole car on n’a pas envie de côtoyer des gens qui parlent des succès ou dès aventures de leurs enfants.
Ce n’est pas de la jalousie non c’est de la protection.
C’ est un fléau et ça devrait être une grande cause nationale

Pepite - 13/02/2024 à 08h42

Bonjour,

Prenez soin de vous, c'est la priorité.

Oui j'apprends à m'adapter. J'ai grandi moi aussi avec cette aventure éprouvante que j'ai longtemps rejetée.

Mettez de la douceur dans vos relations. Acceptez ce que vous n'acceptez pas. Ne restez pas seul, seule avec ces tempêtes émotionnelles. Écrivez, partagez, parlez en.
Trouvez un groupe de paroles, pour moi c'est avec l'Unafam (psychologue gratuit par téléphone), contactez un CSAPA, appelez ici au 0800 23 13 13, parlez avec un psychologue.

Prenez soin de vous.

Pépite