© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Canabis et mon ado

Par Sadmama Postée le 16/02/2024 18:10

> Bonjour, Ma fille de 15 ans consomme le canabis depuis mi septembre. Je sais quand elle consome car je la voit rentrer avec les yeux rouges. Au début elle nieait puis elle a avoué que elle fumé avec ses amis. Elle dit ne jamais fumeur seule. Mais elle en a acheté pour fumer avec ses amis. Elle a apporté à la maison aussi vu que je sourveulle ses dépenses et que je fouille ses affaires aussi.. elle en 2nde et chaque fois qu'elle sort elle fumé. Ce qui veut dire au moins une fois dans le week-end. Jusqu'à la j'ai essayé la douceur, la punition, le dialogue , j'ai aussi essayé de ne rien dire ...il n'y a rien qui marche. Elle continue. Elle dit qu'elle gère. C'est la phrase qui me rends dingue. Que faire. J'ai l'impression que elle a trouvé cela comme échappatoire pour la pression qu'elle dit subir à l'école et à la maison. Franchement une blague. Je ne sais plus comment faire pour la ramener à la raison et lui démontrer que non le joint ne réduit rien. Avez-vous des conseils. Je précise que le dialogue avec elle est très difficile. Je vous remercie par avance.

Mise en ligne le 20/02/2024

Bonjour,

Nous sommes sensibles aux difficultés que vous vivez avez votre fille de 15 ans qui fume du cannabis chaque fois qu'elle sort. Elle vous dit qu'elle gère sa consommation mais cela vous inquiète. Vous avez tout essayé pour la dissuader de consommer mais rien ne marche et vous avez besoin de conseils car le dialogue avec elle devient très difficile.

Même si vous avez l'impression que rien ne marche, vous avez affirmé votre désaccord en tant que parent et cela est précieux car votre fille, pour se construire, a besoin de savoir que vous êtes là pour lui assurer sécurité et protection et que votre autorité est légitime.

Pour votre fille, le cannabis actuellement est important dans sa vie, il semble lui procurer des effets qu'elle estime positifs et lui permet de créer du lien avec ses amis. C'est pourquoi, essayer par tous les moyens de l'empêcher de fumer risque d'avoir peu d'effet. Comme vous l'exprimez très justement, il se peut en effet qu'elle utilise le cannabis comme échappatoire à un surplus de pression qu'elle ressent dans son environnement. Il pourrait être intéressant d'essayer de comprendre la nature de cette pression et questionner ce qui pourrait l'aider à se sentir plus apaisée.

Même si le dialogue avec elle vous semble difficile, vous lui signalez que vous êtes là, attentif à elle, à ses besoins. Nous entendons bien comment cela peut être frustrant et décourageant pour vous de ne pas être entendu voire même d'entendre que votre fille ressent de la pression à la maison alors que, de votre coté, ce n'est pas l'impression que vous avez du climat familial. L'adolescence est une période délicate où toutes les émotions peuvent être exacerbées et où le rôle éducatif du parent peut être rejeté.

Pour vous aider face à cette situation pesante, nous vous joignons un lien vers une brochure intitulée "Cannabis, les risques expliqués aux parents" que vous pourrez télécharger. Nous y ajoutons également notre fiche cannabis ainsi que 2 articles issus de notre site internet intitulés "il ne veut pas arrêter, que faire" et "comment aider un proche". Vous y trouverez des informations et des conseils pour améliorer le dialogue avec votre fille.

Si toutefois vous sentez que cela est trop difficile et douloureux pour vous, sachez que vous pouvez vous faire aider en tant que parent, par des professionnels spécialisés en addictologie.

Ces professionnels reçoivent bien sûr les consommateurs qui sont prêts à entrer dans une démarche de soins, mais aussi leur entourage. Bien souvent quand une consommation touche un membre de la famille cela a des répercussions sur l'entourage proche qui se trouve lui aussi en souffrance. Être soutenu et écouté dans vos besoins peut vous permettre de comprendre les répercussions que cela a sur vous et ainsi être en mesure de rechercher avec l'aide du professionnel des solutions appropriées pour vous et votre fille.

Cette aide et ce soutien sont dispensés dans des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) au sein desquels il existe des consultations spécifiques pour les jeunes consommateurs (de moins de 25 ans) et/ou leurs parents, appelées Consultations Jeunes Consommateurs (CJC). Toute une équipe pluridisciplinaire (médecins, infirmiers, psychologues, travailleurs sociaux...) sera à votre écoute en tant que parent. Vous pourrez y être soutenu de manière bienveillante et non jugeante. Votre fille dès lors qu'elle sera prête à s'engager dans une démarche d'aide pourra bien sûr être reçue. L'accueil se fait sur rendez-vous. Ceux-ci sont non payants et confidentiels.

Comme nous ne connaissons pas votre localisation, nous vous joignons un lien vers la rubrique "adresses utiles" de notre site internet. Grâce au moteur de recherche vous pourrez lancer une recherche dans votre ville/département. Comme votre fille a 15 ans, vous pouvez y sélectionner Consultation Jeune Consommateur (CJC) et trouver la/les structure(s) la/les plus proche(s) de votre domicile. N'hésitez pas à prendre contact pour un rendez-vous et/ou des informations.

Si vous ressentez le besoin d'échanger plus amplement à propos de votre situation ou approfondir les possibilités d'aide qui peuvent vous être offertes, nos écoutants sont disponibles, de manière anonyme, tous les jours de 8h à 2h du matin au 0800 23 13 13 (appel gratuit depuis un poste fixe) ou par tchat depuis notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et 14h à 20h le week-end.

Avec tout notre soutien dans cette période difficile,

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service

Autres liens :

- Fiche sur le cannabis
- Cannabis : les risques expliqués aux parents
- il ne veut pas arrêter, que faire
- comment aider un proche