

Vos questions / nos réponses

## comment aider mon fils

Par [nonolerobot](#) Postée le 22/05/2024 07:14

Mon fils de 17 ans fume du cannabis, hier il pleurait car il ne sait plus comment arrêter, il a peur de pas réussir seul mais a honte d'aller consulter. il veut d'abord diminuer sa consommation, es ce que c'est la bonne solution ? existe t'il de l'homéopathie pour l'aider, je ne sais pas comment faire pour l'aider.

---

**Mise en ligne le 24/05/2024**

Bonjour,

Nous comprenons bien votre désarroi pour aider votre fils dans sa démarche.

Afin de parvenir à atteindre son objectif d'arrêt il est important que votre fils sache que c'est possible d'arrêter seul (parfois les usagers pensent que cela n'est pas possible) et qu'il se fasse confiance. Le lien ci-dessous « Est-il possible d'arrêter seul le cannabis » pourra peut-être le rassurer et l'encourager.

Nous n'avons pas connaissance de ce que vous dit votre fils de son rapport au cannabis ni de votre connaissance de ce produit aussi nous vous joignons ci-dessous la fiche « Cannabis » extraite de notre « Dico des drogues ». A la rubrique « effets recherchés » vous y retrouverez des pistes de réflexion pour comprendre la place que le cannabis a pris dans la vie de votre fils, ce qu'il peut aller chercher dans le produit ; à la rubrique « Dépendance » ce qu'il peut ressentir lorsqu'il tente de ne plus consommer.

Il est important de le rassurer par rapport au sentiment de honte qui le freine pour aller consulter en lui disant bien que les professionnels qui proposent les consultations aux jeunes ont fait le choix de travailler dans ce secteur plutôt qu'un autre, ils sont donc là afin de les aider et en aucun cas pour les juger.

S'il ne souhaite pas dans un premier temps se rapprocher d'une consultation, il peut appeler le service au 0980 980 940 « Ecoute cannabis ». Ce numéro est accessible tous les jours de 8h à 2h, il est anonyme et gratuit. Votre fils y trouvera un espace de parole sur lequel il pourra exprimer sa consommation, ce qu'il en attend, ce qu'il y trouve comme effets « positifs », ce qui le motive à s'en libérer et ce qui le met en difficulté pour y parvenir.

S'il le souhaite, il peut également se rapprocher du site de « Fil santé Jeunes » dont nous vous joignons le lien ci-dessous. C'est un espace d'échanges destinés aux jeunes de 12 à 25 ans en lien avec une équipe de professionnels pluridisciplinaire axée autour de l'écoute des jeunes. Ils peuvent y aborder tous les thèmes qui les préoccupent dans cette période de passage vers l'âge adulte.

Si votre fils parvient à se rassurer sur la question des consultations, il peut se rapprocher d'une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC). Il en existe dans tous les départements. Elles sont confidentielles et gratuites, il peut s'y rendre librement.

Le lien « Les consultations jeunes consommateurs » ci-dessous vous permettra d'y trouver d'une part des informations, d'autre part d'effectuer une recherche en indiquant votre ville dans l'espace prévu à cet effet.

De votre place, afin d'aider votre fils il nous paraît essentiel de lui demander ce que vous pouvez faire dans ce sens car il est le mieux placé pour vous apporter une réponse adaptée à ses besoins et ses attentes vis-à-vis de vous.

Si cette situation devenait trop préoccupante pour vous, il est également possible de vous rapprocher d'une CJC, les professionnels y proposent un accompagnement parental et un soutien.

Si vous souhaitez évoquer la situation sous forme d'échanges ou obtenir davantage d'informations, nous sommes également joignables de façon anonyme et gratuite tous les jours de 8h à 2h au 0800 23 13 13 ou par chat via notre site de 8h à minuit, de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Sur la question de l'homéopathie, n'étant pas un service médical nous ne sommes pas compétents de vous répondre sur ce point précis. Toutefois, nous vous encourageons à en parler avec votre fils, tout ce qui lui apparaîtra comme un soutien, une aide sera pour lui un « moyen » supplémentaire d'apaiser un éventuel stress dans la démarche.

Bien cordialement

---

#### **En savoir plus :**

- [Fiche sur le cannabis](#)
- [Est-il possible d'arrêter seul le cannabis ?](#)
- [Fil santé Jeunes](#)