© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Aider ma mère

Par Mcpaulo1 Postée le 24/10/2024 16:31

> Bonjour, Ma mère consomme du cannabis depuis quelques années maintenant. Cela fait qu'elle s'est isolée : elle ne voit plus d'amis, ne sort que pour aller au travail, faire ses courses et aller chercher sa conso. En plus de ça se rajoute l'état déplorable de sa maison. Je n'ose même pas y aller avec mon conjoint car j'ai honte de l'état de sa maison. Elle a fait une TS l'année dernière, elle a été hospitalisé quelques mois et j'ai su récemment qu'elle ´n'avait pas honorer ses rdv post hospitalisation avec son psy. Quand je vivais encore sous son toit je savais qu'elle en consommait tous les soirs. Mais depuis quelques mois c'est de pire en pire d'après ma sœur qui vit encore chez elle et apparement elle demande des grosses sommes d'argent tous les mois à un membre de la famille depuis presque 1 an. J'ai l'impression qu'elle se laisse mourir et elle est clairement dans son monde. J'ai peur de lui en parler car peur de sa réaction car elle ne sait pas qu'on est au courant ..

Mise en ligne le 28/10/2024

Bonjour,

Nous sommes sensibles à la situation que vous nous décrivez. Nous comprenons qu'il doit être difficile pour vous et votre sœur, d'assister dans une forme d'impuissance, au mal-être de votre mère.

Si vous en avez la possibilité, nous vous encourageons à privilégier une communication bienveillante et compréhensive. L'idée serait de pouvoir lui exprimer vos inquiétudes et préoccupations face à son repli sans la culpabiliser.

En ce qui concerne ses consommations, elles doivent sans doute être envisagées en vue de soulager ses souffrances.

Les addictions sont souvent une réponse à un malaise, un mal-être d'ordre psychologique, émotionnel. Ce peut-être une tentative de supporter ou de réguler un inconfort au travers d'une béquille.

Ce faisant, seule votre mère peut décider de réduire ou de cesser ses consommations si elle s’y sent prête. Les processus de prise de conscience et de remise en question peuvent être longs et sont fonction de la personnalité et du parcours de la personne.

Ainsi, l’entourage n’a pas le pouvoir ou l’influence de changer ou d’accélérer ces processus qui sont propres à chaque individu. Le dialogue bien sûr, est à privilégier. Même si votre mère refuse d’arrêter pour le moment, vous pouvez tenter d’échanger sur ce qui se trame derrière ses consommations en tentant de savoir comment elle va et comment vous pourriez l’aider. Ce sera l'occasion d'évoquer également son soutien psychologique et ce que ça lui apporte.

Echanger autour de ce qu’elle ressent et ce qu’elle cherche à apaiser peut vous permettre de lui signifier vos préoccupations et interrogations. L’essentiel étant d’envisager un échange respectueux et constructif.

Il est bien légitime que ce contexte vous affecte vous et votre sœur. Sachez qu’il est possible d’en parler avec des professionnels compétents. Il existe des consultations en addictologie destinées aux proches de personnes dépendantes. Elles ont lieu au sein de Centre de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Des entretiens sont possibles pour évoquer les difficultés rencontrées et bénéficier de conseils et soutien en fonction de vos besoins. Médecin addictologue, psychologue, infirmier sont en mesure de vous aider dans cette situation en vous apportant des pistes de réflexion. L’idée étant de vous aider dans votre positionnement pour faciliter les échanges avec votre mère tout en bénéficiant d’une écoute compétente.

Ces consultations sont confidentielles et gratuites.

Si cela vous intéresse, vous trouverez en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d’un CSAPA près de chez vous. Il vous suffira d’y renseigner la ville et de sélectionner « soutien individuel usager/entourage ».

Par ailleurs, notre site internet propose un outil permettant d’interagir avec d’autres internautes connaissant une situation similaire à la vôtre. Il s’agit de la rubrique « le forum des discussions » pour l’entourage. Cela peut être intéressant en vue d’un partage d’expérience et du soutien. Vous trouverez également ce lien en bas de page.

En attendant, si vous souhaitez parler de cette situation plus en détail avec un écoutant notre service est accessible par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) tous les jours de 8h à 2h. Également par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

Autres liens :

- Forums Drogues info service
- Adresses utiles du site Drogues info service