© Drogues Info Service - 16 septembre 2026

Vos questions / nos réponses

3 joints par jour

Par Moussa Postée le 29/12/2024 17:37

> Je viens d'apprendre que mon fils de 23 ans fume trois joins par jours. Plus lorsqu'il fait des fêtes avec les copains. Il ne veut pas en parler. Estime être au mieux de sa vie. Ne voit pas de problème. Pourtant il ne fait rien de ses journées. Il dort souvent toute la journée. Comment puis je l'aider ?

Mise en ligne le 03/01/2025

Bonjour,

Nous comprenons votre inquiétude suite à la découverte de la consommation de votre fils.

Il dit consommer régulièrement seul et avec les copains lorsqu'ils se retrouvent.

Si l'expérimentation de la consommation de cannabis est fréquente chez les jeunes, seuls ceux qui trouvent dans les effets une forme de réponse à un ou des besoins, vont généralement aller vers une consommation régulière.

Nous vous joignons 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.

Votre fils vous dit être « au mieux de sa vie » et la question du lien avec la consommation apparaît comme une évidence. Car en effet, un usage régulier de produits n'est pas le fruit du hasard et il vient souvent en réponse à un mal-être, un besoin de se sentir mieux ou moins mal, de se sentir apaisé, ...

Il vous dit ne pas vouloir en parler et il serait intéressant de savoir pour quelles raisons il ne souhaite pas aborder le sujet avec vous. Le sentiment d'incompréhension entre parents et enfants lorsqu'il est question de consommation de drogue est fréquent. L'entourage ne comprend pas et est face à un sentiment de peur là où l'usager se sent jugé sur sa consommation mais sans que soit pris en compte ce que celle-ci lui apporte.

Nous comprenons votre inquiétude face au contraste quand d'un coté il vous dit « être au mieux de sa vie » et de l'autre coté une situation où il « ne fait rien de ses journées et dort beaucoup ».

Afin de l'aider il pourrait être bénéfique pour vous comme pour lui, de ne pas aborder la question du cannabis puisque votre fils vous dit ne pas vouloir en parler, mais plutôt de lui dire votre inquiétude de sa situation, son absence d'activité, de projets. Questionner ce qu'il met derrière « je suis au mieux de ma vie » pour tenter de comprendre où il en est.

Conscients que cela puisse vous sembler compliqué à aborder, si vous souhaitez être aidé(e) dans un premier temps sous forme d'échanges, nous sommes 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.

Pour information, nous vous joignons plusieurs liens qui vous apporteront des éléments de réponse supplémentaires tant sur le produit "cannabis" que sur la façon d'en parler.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- J'ai découvert que mon enfant se drogue