

Témoignages de l'entourage

Face à la détresse de mes fils : est-ce que j'ai raison de tenir bon ?

Par [crea](#) Posté le 21/08/2026 à 19:06

Voici votre texte réécrit de manière plus fluide et structurée, tout en conservant vos mots, votre émotion et votre authenticité :

« Comment faire face à un fils de 27 ans qui habite à la maison et sombre dans la dépression ? Après cinq ans d'études et un master en géopolitique, il ne trouve pas de travail. Il m'en veut beaucoup : il voulait s'engager comme officier dans l'armée et avait fait ses études pour cela, mais je l'en avais dissuadé – ce que je regrette amèrement aujourd'hui.

Il est à la maison depuis un an. La situation est devenue explosive : nous avons une super relation, mais depuis qu'il est là, cohabitant avec son frère de 33 ans (revenu après sa séparation), le quotidien est invivable. Le grand frère a des troubles de l'humeur et consomme du cannabis depuis l'âge de 17 ans. Il est très intelligent, mais il pète les plombs et devient agressif dès qu'il en manque. Il nous pourrit la vie depuis des années. Il a des hauts et des bas : adorable quand il fume, détestable en manque.

Le pire, c'est que le plus jeune s'est mis à fumer à son tour. Il n'en peut plus de cette ambiance. Parfois, il essaie de s'en sortir, arrête, se remet au sport... mais son frère pète les plombs, et il rechute aussitôt.

En ce moment, le plus jeune n'a plus un centime. Hier, il m'a demandé 20 €, que j'ai refusé de lui donner. Il m'a fait du chantage affectif, me disant que ce n'était pas le moment pour lui d'arrêter, qu'il est trop mal. Cela fait trois semaines qu'il ne sort plus de sa chambre, qui est dans un état épouvantable.

Je ne veux pas craquer. Je me dis que c'est peut-être dans ces moments où il est au plus bas qu'il pourra enfin avoir un électrochoc et s'en sortir.

Ma question est la suivante : est-ce que j'ai raison ? »