© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Un ami accro au cannabis

Par Profil supprimé Postée le 20/01/2011 19:55

> Bonjour je suis lycéenne et j'ai un amis de 16ans qui consomme du cannabis depuis environs 4 ans. Au début c'était simplement pour faire comme tout le monde mais maintenant qu'il est rentrer au lycee au début de l'année il fume un join des qu'il le peu c'est a dire : le matin en se levant ou en arrivant au lycée, au intercours si il a le temps, au recrées (matin et après midi), le midi et le soir en sortant des cours et avant de se coucher.ce qui fait que ça le perturbe en cour et il arrive toujours en retard ! Il ne fait que ça et ipense que fumer est la solution a tous ses problèmes. On voit qu'il en est acro, quand il et en "manque", il tremble, s'énerve il est plus irritable et se replie sur lui même. Le pire c'est qu'il le sait mais il panique et ne sais pas quoi faire, il se rend compte qu'il ne peut plus s'en passer et ça lui fait peur. Comment je peux l'aider ? Faire quelque chose ? J'arrive a lui en parler et ça fait plusieurs mois voir même année que j'essai de le persuader d'arrêter mais il n'ecoute rien. Pouvait vous me donner des rensegnements pour savoir comment l'aider ?!

Mise en ligne le 21/01/2011

Bonjour.

Votre ami semble en effet dépendant du cannabis, ce qui a de nombreuses répercussions sur son comportement (retards, difficulté à suivre les cours, irritabilité lorsqu'il n'a pas consommé, ...). Il reconnaît d'ailleurs ne pas pouvoir s'en passer ce qui entraîne peur et panique lorsqu'il se questionne sur comment s'y prendre.
Il nous paraît clair qu'il a besoin d'une aide extérieure pour y voir plus clair et pouvoir prendre du recul par rapport à sa situation.
Le fait qu'existe un dialogue entre vous est un élément très positif. Vous pouvez ainsi l'assurer de votre soutien inconditionnel, tout en abordant les conséquences de sa dépendance et les possibilités d'en sortir.
Tenter de le "persuader" d'arrêter a toujours était vain parce que le désir de changement ne peut venir que de lui. Votre rôle d'amie est avant tout celui d'une personne de confiance sur laquelle il peut s'appuyer quelque soit le moment. Ainsi, quand vous tentez de le convaincre, peut être se sent-il jugé, peut être ressent-il une pression intense le mettant brutalement en face de son incapacité à gérer ses consommations.

En maintenant un lien bienveillant et sans jugement, vous créerez un climat plus serein, autorisant la discussion sur ce qui est possible.
Des structures existent, elles sont gratuites, confidentielles, et accueillent les usagers de produits comme leur entourage, sans jugement, afin d'évaluer le poids de leurs consommations au quotidien. Les professionnels y officiant sont à même de proposer des accompagnements à l'arrêt adaptés à chaque situation.
En bas de page vous trouverez les coordonnées d'un tel centre proche de chez vous (à Sallanches). Vous et

votre ami pouvez vous y rendre ensemble, si ce dernier souhaite être accompagné.

Nous sommes également à votre disposition au téléphone (0 800 23 13 13, anonyme et gratuit depuis un fixe) si vous souhaitez échanger davantage sur la situation. Nous sommes à l'écoute 7jrs/7 de 8h à 2h.

Bien à vous.