© Drogues Info Service - 6 octobre 2026

Vos questions / nos réponses

Aider mon fils

Par Profil supprimé Postée le 29/11/2011 11:07

> Depuis plusieurs années mon fils de 23 ans est dans le piège des addictions, il a commencé vers l'age de 14 ans par le cannabis et depuis quelques années boit régulièrement de l'alcool. Il a eu un cursus scolaire très cahotique. Il n'arrive pas à savoir ce qu'il veut faire, manque de confiance en lui et a surement une mauvaise estime de lui. Il a refusé tout suivi psychologique, a commencé plusieurs formations, possède un CAP plomberie, il est actuellement en recherche d'emploi après un CDD de 5 mois. A chaque rupture de contrat ou fin de période de travail, il ne trouve pas l'énergie ou la motivation pour se remettre en recherche et préfère se réfugier dans ses addictions (cela peut durer plusieurs mois). Tout ce qu'il a gagné pendant ces 5 derniers mois est passé dans ses drogues, il n'a pas de réseau d'amis et passe tout son temps dans sa chambre, ne trouve de l'énergie pour se bouger qu'au moment du repas ou pour aller acheter ce qui lui manque.
> Je ne sais plus quelle attitude avoir face à son état, plus j'essaie de le faire bouger, pire c'est, il me mine le moral et m'empêche de vivre pleinement ma vie, être heureuse simplement. Notre couple en a subi les conséquences, nous n'avons pas de conduite commune face à lui et ce depuis des années. J'ai toujours essayer de faire comprendre à mon mari qu'i avait besoin de lui en tant que guide (ce que mon fils réclamait à travers les discussions que nous avions), mon mari se sentait impuissant et n'a jamais vraiment réussi à communiquer avec son fils.
> Ma question aujourd'hui est que dois-je faire ?, je sens que je ne pourrai pas supporter d'avantage cette situation, je me sens coupable de ne pas avoir trouvé le moyen de le faire réagir et donner l'envie de se faire suivre, depuis tout ce temps, il gache les plus belles années de sa jeunesse, il souffre et n'arrive pas à réagir.
> Puisqu'il ne veut pas consulter, dois-je le faire moi ??
> Aidez-moi, je sens que je perds espoir et optimisme !
>
> Une mère inquiète

Mise en ligne le 01/12/2011

Bonjour,

Nous comprenons combien une telle situation peut être difficile à vivre pour vous. Plusieurs éléments attirent notre attention. Il y a bien entendu la situation de votre fils mais aussi les difficultés que votre mari et vous avez à vous positionner et à agir ensemble.

Votre fils utilise des drogues qui ne favorisent pas la prise d'initiatives. L'usage de cannabis peut miner la motivation à se bouger. L'usage d'alcool aussi, avec en plus parfois une couche de culpabilité qui peut être tout à fait paralysante pour l'usager. Dans les explications que l'on peut avancer à son usage actuel il y a d'abord le fait qu'il ait commencé fort tôt, à un âge où les consommations de drogues sont plus susceptibles d'imprimer leur marque dans la vie des personnes. Mais manifestement certains éléments semblent appartenir à votre fils et sont renforcés par l'usage de ces drogues qui, en même temps, soulagent certainement chez lui quelque chose. Nous remarquons notamment à ce sujet que vous dites de votre fils qu'il n'arrive pas à savoir ce qu'il veut faire, qu'il manque de confiance en lui et qu'il semble avoir réussi peu de choses dans sa vie (plusieurs cursus scolaires abandonnés si nous comprenons bien). Il n'a pas ou peu d'amis pour le stimuler, peu de centres d'intérêt hors de l'usage de drogues. Pour autant le bilan n'est pas totalement nul de son côté non plus : il possède un CAP de plomberie, il a été capable de tenir un CDD de 5 mois, ce qui n'est pas forcément facile lorsqu'on est usager de drogues. Nous remarquons aussi qu'il semble continuer à prendre ses repas avec vous ou au moins régulièrement (mais peut-être interprétons-nous mal ce que vous avez écrit), ce qui peut être le signe qu'il garde tout de même un certain rythme de vie et que tout n'est pas désorganisé non plus.

Les périodes d'inactivité telle que celle dans laquelle vient de rentrer votre fils sont des périodes en général propices à l'usage de drogues. La journée n'est plus structurée par autant d'obligations qu'avant et cela laisse toute la place pour penser à la consommation de drogues et consommer. Une question à vous poser alors, avec votre mari, est celle de savoir comment vous pourriez encourager ou "obliger" sans en avoir l'air votre fils à avoir plus d'activités et une vie plus rythmée, sans qu'il soit question-là uniquement de retrouver un travail ou d'en chercher un. Par exemple quelles tâches faites-vous chaque jour ou chaque semaine sans y penser mais que vous pourriez désormais lui déléguer ? Surtout si vous faites beaucoup de choses pour lui ! Il y a aussi des tâches qu'il pourrait sans doute faire et qui vous aideraient à vous sentir mieux. Si vous arrivez à l'amener à faire de telles tâches et que vous lui montriez ensuite combien cela vous fait du bien, alors nous pouvons supposer que cela lui ferait un peu de bien à lui aussi et qu'il retrouverait un peu confiance en lui, qu'il redonnerait un peu plus de valeur à ce qu'il fait.

Votre fils n'envisage pas de soutien psychologique. Cela lui serait certainement utile mais il est vrai que s'il n'en n'accèpte pas lui-même l'idée cela ne fonctionnera pas. Il faut qu'il trouve un intérêt à cela pour espérer que cela l'aide. En revanche, nous pouvons souligner que sur une perspective de moyen ou long terme, ses consommations de drogues pourraient l'emmener à développer de réels troubles psychologiques qui pourraient ne plus lui donner d'autres choix que d'être confronté au monde psychiatrique. Cela se ferait alors sans son consentement et sur un mode violent pour lui, pour vous... Alors peut-être vaut-il mieux qu'il s'aventure aujourd'hui lui-même à essayer de trouver un psychologue à son écoute et avec lequel il puisse au moins faire le point sur sa vie, ses désirs, plutôt que d'être plus tard dans une situation où il n'aura plus le choix. Peut-être entend-t-il trop, dans la proposition que vous lui faites d'aller voir un psychologue, de le faire parce qu'il se drogue et dans l'optique d'arrêter ? S'il ne perçoit pas sa consommation de drogue comme un véritable problème et/ou si elle lui sert au contraire à se sentir mieux, alors son opposition est relativement "logique". En revanche, il serait peut-être plus sensible à cette proposition si elle mettait en perspective que c'est avant tout un moyen pour lui de mieux se connaître et de mieux savoir ce qu'il veut faire, si c'est ce qui le fait souffrir aujourd'hui.

Enfin il y a la question de votre positionnement et de celui de votre mari. Finalement lui comme vous semblez en venir au même constat d'impuissance. Cependant vous avez l'air de dire qu'alors que vous continuez à essayer de bouger votre fils, votre mari, lui, a renoncé. Vous semblez dire également que votre mari est lui-même en situation d'échec du fait de ce renoncement à servir de modèle. Nous touchons sans doute là à une différence importante entre le rôle d'une mère et celui d'un père vis-à-vis de leur fils. Là où la mère "doit" assurer l'intendance et se trouve dans une position plus affective, le père "doit" servir de

"modèle" à son fils. Lorsque cela ne fonctionne pas, les conséquences ne sont pas les mêmes pour les uns et les autres. Beaucoup de pères "renoncent" ou semblent renoncer parce qu'ils ne savent pas faire autrement - notamment les pères qui ne savent pas montrer leur affection, beaucoup de mère s'accrochent au contraire en pensant que c'est leur "intendance" qui permet ou de sauver la situation, ou d'empêcher qu'elle ne se dégrade. Ce que nous vous disons-là est en même temps tout à fait caricatural mais doit vous faire toucher du doigt que rien n'est évident pour personne et qu'il y a matière effectivement à ce que tous les deux, votre mari et vous, envisagiez de faire le point sur la situation et vos rôles respectifs vis-à-vis de votre fils.

Il nous semble que le meilleur conseil que nous puissions d'ailleurs vous donner n'est pas de vous occuper tellement aujourd'hui de votre fils, mais bien que votre mari et vous alliez ensemble consulter un professionnel (psychothérapeute, psychologue, thérapeute familial ou de couple, etc.). En effet, tenter d'améliorer l'entente de votre couple est ce sur quoi il nous semble que vous avez le plus de marge de manoeuvre aujourd'hui. Personne n'est coupable de quoi que ce soit, ni vous, ni votre mari, mais ce que vous pensez pouvoir exiger de votre fils aussi bien que ce que vous pensez pouvoir demander l'un à l'autre semblent devoir être mis à plat face à un tiers bienveillant. "Sauver" votre couple et lui donner la priorité plutôt qu'à votre fils - si c'est d'actualité bien entendu - pourrait d'ailleurs être tout à fait thérapeutique pour votre fils aussi. En effet, certaines toxicomanies, certains mauvais comportements des enfants, sont inconsciemment là pour attirer le regard et l'attention du couple parental et soit l'empêcher d'exploser en l'occupant (le plus souvent), soit au contraire précipiter sa séparation (notamment dans le cadre d'une relation mère-fils forte). Nous ne savons pas si c'est précisément le cas ici mais qu'au moins votre couple soit en "bonne santé" pourrait changer beaucoup de choses. Parlez-en avec votre mari en vous assurant que ce n'est pas l'un ou l'autre qui doive être mis sur la sélette mais bien vous deux ensemble qui allez demander de l'aide, ne serait-ce que parce que vous êtes tous les deux impuissants face à la situation de votre fils.

Plus spécifiquement sur la question des usages de drogues et du positionnement à avoir, les Centres de Soins, d'Accompagnement, de Prévention des Addictions (CSAPA) reçoivent souvent l'entourage des usagers de drogues et en premier lieu les parents. C'est une démarche que vous pourriez faire aussi, voire pour commencer. Il n'est pas nécessaire que le CSAPA connaisse votre fils pour que vous puissiez prendre rendez-vous. Ces CSAPA sont gratuits et garantissent la confidentialité aux personnes qui viennent consulter. Nous vous proposons ci-dessous une liste de centres proposant une aide aux parents. Cette liste comprend aussi des Points Ecoute qui sont également gratuits et peuvent vous aider.

Cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA La Rose des Flandres

5 rue de la Gare
59270 BAILLEUL

Tél : 03 28 42 28 48
Site web : www.cedragir.fr/page-0-0-0.html
Accueil du public : lundi/jeudi: 8h30-17h. Mardi/mercredi: 8h30-19h (les créneaux 17-19h sont réservés aux

personnes en situation d'emploi). Vendredi: 8h30-13h30
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous, tous les jours.
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h. Répondeur le jeudi matin et le vendredi après midi . Consultations le mercredi après-midi jusque 18h30.
Substitution : En permanence libre le matin de 8h30 à 12h30. Sur rendez-vous l'après-midi.

Voir la fiche détaillée

CSAPA Le Tréma

237 TER rue Henri Barbusse
59540 CAUDRY

Tél : 03 27 75 59 10
Site web : www.aep-asso.fr/
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h15 à 12h30 et de 13h30 à 17h30 (jusque 19h le jeudi). Fermeture le mardi matin.
Substitution : Lundi 9h15-10h45 - mardi 9h15-9h45 - mercredi 9h15-10h45 - jeudi 17h45-18h45 - vendredi 9h15-10h15
Consultat° jeunes consommateurs : mercredi après-midi

Voir la fiche détaillée

CSAPA Esquisse (association Michel)

3, rue de Furnes
59140 DUNKERQUE

Tél : 03 28 59 15 79
Site web : www.associationmichel.fr
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Substitution : Délivrance le matin de 9h-12h30 les lundi / mardi / mercredi (1 sur 2) - 10h-12h30 les jeudi et vendredi

Voir la fiche détaillée