© Drogues Info Service - 7 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Ma soeur se drogue (cannabis)

Par Profil supprimé Postée le 27/03/2012 20:31

Bonjour,

J'ai une soeur jumelle et nous avons 19ans.
Elle a commencé par fumer des joints en soirées, puis de plus en plus.
Au début de l'année, j'ai remarqué qu'elle fumait tous les soirs avant de se coucher, et lorsque je lui en ai parlé elle m'a dit qu'un par jour ça n'est vraiment pas grave, que beaucoup le font, etc.
Je ne savais pas quoi en penser mais bon, je me suis arretée là.

Un ami m'a alerté en me disant qu'il lui arrivait de venir en cours "défoncée", etc, et qu'une fois il avait compté et elle en avait fumé 7 en une journée.

Je ne sais pas quoi faire. Je pense bien sur qu'il faut que je lui parle car elle n'a pas l'air consciente que ça n'est pas normal de fumer autant.

Seulement je ne sais pas comment aborder le sujet...
Dois-je lui faire la morale ? Lui faire un exposé des risques ? Lui faire peur ? lui "confisquer" ?

J'aimerais savoir qu'elle est la meilleure manière d'aborder le sujet.

Merci

Mise en ligne le 28/03/2012

Bonjour,

Il n'existe pas une manière standard, et qui serait la "meilleure", pour aborder les questions de consommation de drogues avec un proche.

Au-delà des questions de fréquence et de quantité de joints fumés, il paraît opportun de tenter d'ouvrir l'échange avec votre soeur sur les raisons pour lesquelles elle consomme du cannabis. Les causes de sa consommation vous en diront d'avantage sur ses difficultés éventuelles, sur le caratère problématique ou non de ses habitudes mais également sur la nécessité ou non de l'inviter à solliciter une aide extérieure.

Lui faire la morale, lui exposer les risques, lui faire peur ou lui confisquer le produit semblent des attitudes susceptibles de bloquer le dialogue et la confiance alors que l'intérêt est grand d'ouvrir au maximum. Dans ce même ordre idée, il peut être intéressant d'étendre la discussion bien au-delà de ce qui est strictement relatif au produit, c'est à dire de ne pas complètement focaliser sur ses consommations et de voir avec elle de manière plus générale comment elle va, si elle traverse une période difficile...

Si vous souhaitez discuter des inquiétudes que vous avez pour votre soeur ou de la conduite que vous avez à tenir, n'hésitez pas à nous contacter au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7/7, de 8h à 2h).

Cordialement.