© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Je veux aider ma soeur

Par Profil supprimé Postée le 01/06/2012 13:29

Bonjour,

Je suis une jeune fille de 19ans, en pleine études!

Cela me travail depuis pas mal de temps à présent et je veux prendre conseil et demander de l aide.

Cela fait environ 4ans que j ai découvert que ma soeur et son compagnon sont des fumeur de joint. Cela ne m aurais pas plus poser de problème si leur cosommation se limitait à un de temps à autre entre amis (même si je déteste ces drogues!). Mais j ai pu en déduire, après de courtes vacances chez eux qu ils en fumaient facilement 4par jour à eux deux (plus du tabac seul).

Ma soeur a été au chomage avec son copain pendant 2longues années ce qui a été un déterminant dans leur augmentation de joint...De plus, les parents de mon beau frère sont de gros fumeur de tabac (le père étant lui même fumeur de drogue) en clair, je pense fortement que la relation de 8ans entre ma soeur et mon beau frère a fortement influencé le commencement de cette consommation pour ma soeur. (Nous venons d'une famille qui déteste le tabac, l alcool et autres, nous avons été étuquer de la sorte, comme une très grand mal si nous la commençons à les consommer avec modération).

C'est pour quoi, j'ai été très choqué de savoir ma soeur dont je suis très proche se détruire la santé ainsi!

Cela fait plusieurs mois que je me demande comment lui en parler, je ne vais pas lui dire d'arrêter entièrement, j ai peur qu'elle l'interprête mal. De plus il m'arrive très rarement d'en consommer avec eux et même si cela reste exceptionnel, j'ai peur qu'elle me reproche de la qualifier de droguer alors que j'ai participer une fois ou l'autre...
Je n'aime pas être dépendent de qqch et j'ai peur pour la santé de ma soeur, nous avons une très bonne relation je ne veux pas briser cela.
Merci de votre écoute, cela fait du bien!

Mise en ligne le 01/06/2012

Bonjour,

Nous nous sommes permis d'enlever votre prénom afin de préserver votre anonymat.

A vous lire, nous comprenons que vous n'êtes pas d'accord avec le fait que votre sœur (et son compagnon) fument quotidiennement du cannabis. Cela vous fait peur.

Les risques liés à une consommation de cannabis sont les mêmes que pour une consommation de tabac, à la différence que celle-ci n'entraine pas ou peu de dépendance physique.

Vous avez envie de lui en parler, ce qui semble être normal lorsqu'on est proche de quelqu'un. Ceci dit, vous ne pourrez pas l'obliger à arrêter, c'est un choix personnel.

En parler ne veut pas dire critiquer ou catégoriser. C'est permettre à votre sœur d'échanger sur les effets qu'elle recherche à travers cette consommation. Vous dites qu'elle a augmenté suite à une période de chômage, peut-être a-t-elle mal vécu ces « deux longues années ». Vous pouvez lui demander comment elle se sent aujourd'hui et si elle n'a pas envie de diminuer sa consommation par exemple.

N'ayez pas peur de parler des drogues, c'est un sujet comme un autre et cela ne risque pas de détériorer votre relation si c'est dans l'ouverture et le respect de chacun.

Vous pouvez également nous appeler au 0800.23.13.13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h) si vous avez besoin d'en discuter davantage avec nous.

Cordialement.