© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Consommation de cannabis

Par Profil supprimé Postée le 22/08/2012 13:38

> comment aider mon fils de 17 ans a ne plus consommer de cannabis? il en fume une fois par jour d'après ce qu'il me dit. Est-il devenu dépendant? suis-je capable de l'aider seule pour s'arrêter?

Mise en ligne le 23/08/2012

Bonjour,

Il est fait mention de dépendance lorsque la personne perd le contrôle de sa consommation. Avoir besoin de consommer un produit psychoactif quotidiennement peut faire penser à une dépendance.

Comment l'aider à ne plus consommer de cannabis ? Mais souhaite-t-il être aidé pour ne plus en consommer ? Aussi, est-il souhaitable qu'il n'en consomme plus, ou simplement qu'il n'en soit pas dépendant ou n'en consomme pas abusivement ?

La dépendance prend souvent place pour répondre à un mal-être ou une angoisse. Ce n'est pas, nous semble-t-il, la consommation du produit qui est nocive mais sa consommation abusive et régulière et le fait qu'une telle consommation ne résolve pas la question du mal-être et risque au contraire de l'accroître. Une telle consommation est induite par la dépendance. Dans ce cas, la question pourrait se poser autrement. Par exemple, « Comment l'aider à faire face à son mal-être autrement qu'en ayant recours à une conduite addictive, notamment avec le cannabis ? ». Sans doute en l'aidant à identifier son mal-être, à y répondre autrement et à se responsabiliser dans ses conduites.

Bien entendu, s'il souhaite être aidé pour arrêter sa consommation, vous pouvez lui proposez le soutien d'une personne extérieure. Il peut par exemple trouver un soutien dans un centre de soins spécialisé en addictologie ou une maison des adolescents. Des consultations de psychologues ou d'éducateurs sont proposées gratuitement et anonymement. Vous trouverez des adresses de ces centres dans notre rubrique « s'orienter » ou en nous appelant au 0 800 23 13 13 appels anonymes et gratuits depuis un poste fixe ou une cabine téléphonique.

S'il ne souhaite pas arrêter sa consommation, en revanche, vous ne pourrez pas le faire arrêter. Il est important de comprendre que la décision doit émaner de lui. Et même s'il le faisait pour vous faire plaisir, il

ne résoudrait sans doute pas le problème qui appelle cette consommation. Et il risquerait de ce fait, de reporter cette consommation vers une autre conduite ou consommation addictive.

Dans ce cas, nous serions donc tenter de vous conseiller d'avoir un positionnement qui favoriserait le dialogue et la prévention plutôt que de vouloir l'empêcher de consommer ou de vouloir le convaincre d'arrêter.

Pourquoi ne peut-il se passer de l'état que lui procure le cannabis pour vivre son quotidien ? Quel effet lui procure cette consommation ? A-t-il conscience d'avoir une dépendance à cette drogue ? Quels seraient les effets nocifs (au niveau financier, relationnel, hygiène de vie, santé…) pour lui ? En a-t-il conscience ? Ce sont des questions que vous pourriez aborder avec lui. Cela lui permettrait peut-être d'avoir du recul et une réflexion sur sa consommation plutôt que de la subir passivement.

Bien sur, pouvoir en parler et ne pas chercher à le faire arrêter, ne veut pas dire favoriser sa consommation et ne fixer aucune limite. Il semble important au contraire de maintenir un cadre et d'exprimer votre désaccord. Par exemple en refusant une consommation chez vous. En lui rappelant que c'est un produit illégal. Ou encore veiller à ce qu'il n'en consomme pas s'il est amené à conduire. Ne pas lui donner d'argent trop facilement ou plus qu'il ne lui en faut pour ses dépenses usuelles… c'est à vous de réfléchir au cadre que vous lui proposez et comment le faire appliquer.

Enfin, sachez que vous pouvez également vous entretenir avec un psychologue ou un éducateur dans les structures cités précédemment pour trouver un soutien dans votre positionnement parental et pour faire face à vos inquiétudes.

Cordialement.