© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

aide a un ami

Par Profil supprimé Postée le 31/10/2012 18:36

> Bonjour , j'ai un ami qui se drogue avec differentes formes de cannabis. Il dit n'être en aucun cas dépendant mais ça je n'en suis pas si sûr, il fume a peu près un "pillon" par jour voir plus mais jamais seul, uniquement avec ses amis qui sont égale^ment de gros consommateurs je recherche des solutions pour savoir d'une part s'il est vraiment dépendant, s'il peut avoir une affluence sur moi et comment puis je faire pour le faire en quelque sorte arrêter de fumer ou l'en convaincre car cela me pese, c'est une personne que j'apprecie beaucoup qui fume maintenant malheureseument depuis maintenant 2 ans et je le repete, jamais seul et est il ou peut-il devenir accro au cannabis ?

Mise en ligne le 06/11/2012

Bonjour,

Le cannabis est un produit qui n'entraine pas de dépendance physique mais génère plutôt une forte dépendance psychique. Souvent, les usagers y ont recours pour ses effets "apaisants" et la détente que cela procure. Le cannabis peut vite devenir piégeant lorsqu'il devient une réponse systématique chez l'usager qui en consomme. Exemple : j'ai eu une mauvaise note = je fume un joint pour me déstresser et "oublier"; je me suis disputé avec ma copine ou embrouillé avec mes parents .. toute situation qui revêt un caractère stressant ou anxiogène peut servir de "prétexte" à consommer ..

Bien qu'illégal, ce produit est très répandu et une grande majorité des 16-25 ans l'expérimente et en consomme de manière plus ou moins problématique mais aussi pour le côté récréatif, festif et communautaire.

En ce qui concerne votre ami, vous ne pouvez pas lui demander de stopper ses consommations s'il n'est pas prêt pour cela. Il semble assez évident que celui ci soit "accroc" à ce produit au vu de sa consommation et de ce que vous décrivez. La meilleure manière de l'aider est de continuer à le soutenir et à être disponible, attentif à ses besoins. Essayez de comprendre ce qui le lie à ce produit. Quelles sont les raisons qui le poussent à consommer ? Cela peut être en lien avec des difficultés personnelles ou familiales .. Partagez avec lui vos doutes, vos questionnements ou vos inquiétudes mais de manière non jugeante afin d'instaurer un climat de dialogue et de confiance entre vous. Le fait de ne pas se sentir jugé peut l'amener petit à petit à se reconnaitre en difficulté ou à conscientiser certaines choses et éventuellement à demander de l'aide plus tard. Ne vous découragez pas et soyez patient !

Cordialement.