© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

à l'aide ma petite soeur a fait de mauvaises rencontres

Par Profil supprimé Postée le 06/05/2014 16:41

Madame, Monsieur,

Je me permets de vous contacter concernant ma petite sœur de 16 ans 1/2 qui a fait de mauvaises rencontres et sombre dans la toxicomanie et la délinquance.

Ophélie était une jeune fille intelligente et responsable (son collège était en pleine campagne, cela a sûrement encouragé son comportement paisible) mais depuis qu'elle est au lycée, elle suit une de ses copines de collège qui, elle-même, a fait de mauvaises rencontres. Cette dernière, a commencé à boire et fumer des joints dès son année de troisième. Ophélie, ma petite sœur, a commencé par fumer du tabac dés son entrée au lycée puis petit à petit (elle était interne au lycée), elle s'est mise à boire de l'alcool dur puis fumer des joints ou de la chicha.

J'ai une cousine qui a fait une tentative de suicide il y a un an et mes parents ont tellement peur qu'elle fasse la même chose, qu'ils ne leur disent rien. Dès qu'elle se sent fatigué ou qu'elle dit avoir mal au ventre, elle ne va pas à l'école. Et quand elle y va, elle dort pendant les cours (malgré que ce soit un lycée privé, ses professeurs ne lui disent rien et la laissent dormir).

Ophélie est suivi par un psychologue depuis novembre mais aucun changement n'a eu lieu, mise à part ses fréquentations qui sont de pire en pire.

J'ai peur pour son avenir mais seule je ne peux rien faire.

Pouvez-vous me donner quelques conseils ? Le fait de voir un psychologue ne fait rien, que faut-il faire alors ? Lui demander d'aller dans un centre de désintoxication ?

Merci d'avance pour vos réponses.

Mise en ligne le 07/05/2014

Bonjour,

Nous entendons votre inquiétude au sujet de votre petite soeur qui ne va pas bien depuis quelques temps. Vous vous demandez quoi faire et comment l'aider.

Votre petite soeur est aujourd'hui dans cette situation pour de nombreuses raisons qui lui sont propres. Il existe en effet beaucoup de raisons de consommer des drogues ; mais bien souvent, par ce moyen, on chercher à apaiser un malaise, une souffrance, pour lesquels on n'a pas trouvé d'autre solution pour l'instant. Le fait que votre soeur accepte de voir un psychologue est un point positif, même si pour l'instant vous n'en voyez pas les effets. Lorsque l'on s'inquiète de la consommation d'un proche, il est important d'essayer d'en parler le plus ouvertement possible avec lui. Ce faisant, vous lui montrerez que vous ne jugez pas son comportement, que vous ne la condamnez pas par rapport aux choix qu'elle fait, mais que vous cherchez, avec elle, des éléments de compréhension et des pistes pour aller mieux. N'hésitez pas à lui parler de vous, de ce qui vous inquiète, de votre façon de voir les choses... vous lui laisserez alors la place pour parler d'elle et la façon dont elle se sent en ce moment.

Vous vous demandez s'il ne faudrait pas l'orienter vers un centre de désintoxication. Cette décision, si elle doit être prise, se fera avec l'aide de professionnels qui évalueront, avec vos parents, ce qu'il convient de faire. Vos parents craignent d'intervenir de peur que votre soeur ne fasse une tentative de suicide. Cette crainte les empêche peut-être de réagir et se positionner comme ils le voudraient. C'est pourquoi il est important que vos parents soient aidés dans cette situation. Si ce n'est pas déjà le cas, ils peuvent se rapprocher de la Consultation Jeunes Consommateurs (CJC) dont nous vous donnons les coordonnées en fin de message. Ce lieu pourra les soutenir et les accompagner en tant que parents.

Les choses n'évolueront peut-être pas aussi vite que ce que vous et les proches souhaitez. Cela ne veut pas forcément dire que vous ne faites pas ce qu'il faut. Cela tient aussi au fait que les choses dépendent essentiellement de votre petite soeur, de son cheminement par rapport à tout cela, et que ce cheminement prend du temps. Durant ce temps, il est important que toute personne qui se sent en difficulté, démunie face à la situation, puisse trouver écoute et soutien. N'hésitez donc pas à proposer l'adresse de la CJC à vos parents, ou à les solliciter pour vous-même.

Pour d'autres informations, ou pour évoquer de vive voix cette situation qui vous préoccupe, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

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

CSAPA 53 - Site de Laval

31 rue du Mans
53000 LAVAL

Tél : 02 43 26 88 60
Site web : www.csapa53.fr
Secrétariat : Du Lundi au jeudi de 9h-12h45 et 13h30-17h15 et Vendredi : 9h-12h45
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h45 et de 13h30 à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes 12 et 25 ans avec ou sans entourage
Substitution : Initiation, prescription, suivi et délivrance de traitement de substitution aux opiacés, sur les sites de Laval et Château-Gontier.

Voir la fiche détaillée