© Drogues Info Service - 17 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Faire prendre conscience à mon frère sa dépendance

Par Profil supprimé Postée le 20/10/2014 11:18

Bonjour,
Je m'inquiète beaucoup au sujet de mon frère. Je suis d'un an son ainée donc nous sommes tous les deux très proches.
Il y a un an, alors que je venais le voir dans son appartement, il m'a montré 5 énormes plans de cannabis qu'il faisait pousser. Sur le coup j'ai pris une grande claque mais je n'ai rien dit, et je me suis mise à fumer avec lui car ça nous créait un lien de confiance et il était plus enclin à se confier sur sa consommation de drogues.
Le week-end dernier il m'a emmenée à une free-party. J'ai consommé un cachet d'ecstasy et on a passé la soirée rien que tous les deux, et c'était génial.
Mais pendant la descente j'ai brusquement pris conscience de sa consommation abusive : pendant cette soirée il a fumé une dizaine de pétards, coulé 4 bang minimum, pris un ecstasy et demi et sniffé plusieurs traces de kétamine. Il m'a dit qu'il avait fait une soirée "light" parce que j'étais là.
Quand on est rentré chez lui il a nouveau coulé un bang et fumé trois pétards. Ce matin, comme il avait mal au dos il a encore coulé.
Je suis infirmière et j'essaye de faire de la prévention comme je peux en lui expliquant pourquoi certaines pratiques sont dangereuse d'un point de vue anatomique, mais il ne fait pas le rapport bénéfice/risque.
Je suis affolée par sa consommation, ça a toujours été une personne fragile, et j'ai peur qu'il se serve de la drogue comme béquille.
Lui, banalise le comportement de ses amis totalement drogués et minimise son état. Il dit qu'il peut arrêter quand il veut mais va en teuf tous les samedis. J'ai peur pour lui, j'ai peur de le perdre, qu'il se fasse du mal. J'ai aussi peur pour moi, car étant une personne raisonnable, je vais au-dessus de mes limites pour être avec lui. Avant je ne me droguais jamais. Comment lui faire prendre conscience de sa dépendance ?

Mise en ligne le 23/10/2014

Bonjour,

Nous ne pouvons présager précisément les arguments auxquels votre frère pourrait être sensible pour remettre en question ses habitudes de consommation, pour prendre conscience de ses excès et d’une

éventuelle dépendance. Concernant la dépendance justement, il est possible de s'accrocher psychiquement aux produits que vous mentionnez, qu'ils soient utilisés comme une « béquille », quelque chose qui viendrait prendre une fonction bien particulière, répondre à une attente précise et recherchée au niveau des effets.

Parler à votre frère des risques qu'il prend « d'un point de vue anatomique » ne semble pas suffisant, il n'est vraisemblablement pas sans savoir de toute façon à quoi il s'expose de ce point de vue là. Peut-être pourriez-vous tenter de discuter plus spécifiquement avec lui de ses fragilités, de ce qui dans sa personnalité risquerait de le conduire à des usages problématiques, à de la dépendance. Outre la régularité et les quantités consommées, c'est bel et bien les raisons singulières pour lesquelles une personne a recourt à une drogue qui font que cette consommation est potentiellement à risque ou pas.

Nous nous permettons d'en venir à vous pour vous dire notre incompréhension à ce que vous alliez « au-dessus de vos limites pour être avec lui ». Vous dites avoir voulu créer « un lien de confiance », nous comprenons, mais il ne nous semble pas évident que cela doive passer par un accompagnement dans ses soirées et dans ses consommations. Il y a là un risque pour vous, vous dites d'ailleurs avoir peur pour vous, mais également le risque de vous trouver en porte à faux vis-à-vis de votre frère. Pour dire les choses autrement, ce pourrait être perçu comme une sorte de double discours qui induirait que votre message ne soit pas entendu comme vous le souhaiteriez.

Les problématiques que vous soulevez nécessiteraient de pouvoir s'entretenir d'avantage et le cadre de ce « Question/Réponse » est un peu restreint pour permettre d'aller plus loin. Si vous souhaitez prendre le temps d'approfondir, n'hésitez pas à nous joindre au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7/7, de 8h à 2h) ou au 01 70 23 13 13 (appel non surfacturé depuis un portable).

Cordialement.