

Forums pour l'entourage

## A l'aide

Par Profil supprimé Posté le 21/04/2011 à 15h11

Je suis divorcée depuis 2005, je suis invalide à 80% (Parkinson Plus) et mon fils cadet qui n'a jamais posé de problèmes a retrouvé un ancien camarade qui fume du Hasch, depuis il fume, il a quitté la maison et vit à côté avec une jeune fille qui fume depuis longtemps dont le père est décédé. Il a eu son bac, il a son permis, il devait poursuivre ses études universitaire mais aujourd'hui il a perdu plus de 20 kg !!! Je ne sais pas quoi faire, je me fiche de ma santé, je veux juste que mon fils s'en sorte, aidez moi SVP !!!

## 4 réponses

---

Profil supprimé - 01/05/2011 à 14h22

Hello Nennebobo,

Je me permets de vous répondre, en tant qu'ancienne tox, en souhaitant que mon expérience puisse vous aider.

Parlez à votre fils, essayez de faire en sorte qu'il se confie à vous. Sans dramatiser non plus, en plus, vous sachant malade, peut être ne veut-il pas ajouter à vos problèmes.

Pour avoir beaucoup consommé toutes ces substances, le cannabis, même s'il est interdit par la loi est beaucoup moins addictif que le tabac.

J'ai tout arrêté, sauf le tabac, c'est dire...

Avant d'envisager le pire, parlez avec votre fils. Dites lui que quoiqu'il arrive, vous restez sa mère et que vous êtes là pour lui.

Courage

bluenaranja

Profil supprimé - 07/05/2011 à 20h15

je ne sais pas comment je peut vous aider moi j ai perdu mon petit fils d 1 overdose il allait avoir 17ans . la situation n est pas la même que celle que j ai vecue mais je crois que de perdre 20kg montre qu'il est temps de lui parler ,vous ne dites pas si vous etes proche et s il se confie a vous ,sinon il faut renouer le dialogue et surement l amener a se faire aider malgre votre maladie vous avez envie de vous battre ne rester pas seule face a ce probleme

courage je vous embrasse

anne du 52

Profil supprimé - 24/05/2011 à 06h48

Hello !

Je viens de lire le com du modérateur, et je me rends compte que j'ai parlé trop vite, au sujet du cannabis. J'ai parlé à l'aune de ma propre expérience, alors que j'aurais dû me placer d'un point de vue plus général.

Pour moi, arrêter le cannabis fut très simple, mais parce que c'était le moment, sûrement.

J'essaie de baisser la cigarette pour arrêter, et c'est autrement plus difficile que d'arrêter le cannabis - toujours d'un point de vue personnel. Et lorsque j'ai arrêté le tabac d'un coup, avec des patchs, je rêvais toutes les nuits de squatts, de came... Alors que le cannabis ne m'avait pas fait cela.

De façon générale, je dirais que le cannabis agit parfois comme un révélateur dans une expérience de chimie. Certains en prennent pour mieux dormir, ou comme anti dépresseur. Moi, j'en prenais pour atténuer les bruits du monde extérieur, pour "adoucir les contours". En fait, j'étais persuadée de fumer comme ça, pour me détendre, jusqu'à ce que je me rende compte que j'utilisais le cannabis comme si je me mettais un seau en plastique sur la tête. Pour moins voir, moins entendre, atténuer mon hyper-sensibilité.

Et dès que je l'ai réalisé, j'ai arrêté.

Et oui, si mon fils faisait pareil, je me m'inquièterais.

Nennebobo, je termine en espérant que ce n'était qu'une mauvaise passe, et en vous souhaitant des jours heureux.

Bluenaranja

Profil supprimé - 27/05/2011 à 16h46

Bonjour Nennebobo,

Je suis le modérateur de ce forum. Je constate avec plaisir que déjà deux personnes vous ont longuement répondues. Merci à elles !! J'espère que d'autres Internautes continueront à le faire.

J'aimerais revenir sur plusieurs éléments que vous semblez poser dans ce que vous avez écrit.

Tout d'abord il me semble que vous attribuez la consommation de votre fils à des tierces personnes : l'ancien camarade, la petite amie qui fume... Certes ces personnes ne sont pas étrangères à sa consommation mais il faut considérer que votre fils aussi y a sa part, et même l'essentielle. Par exemple la "solution" ne passera pas par simplement l'éloigner de sa petite amie, si tant est que cela fût possible.

Vous devez considérer que votre fils est responsable de ses actes, mauvaises influences ou non. Si vous ne le faites pas (je ne sais pas si vous le faites ou non, j'envisage juste cette hypothèse) vous le rendez également incapable de s'en sortir par lui-même car lorsqu'on n'est pas responsable de ce qu'on fait, alors on n'a ni les moyens, ni l'envie de changer.

Dans sa réponse, Annedu52 vous pose une question très pertinente et vous donne le conseil ad hoc : la première chose à faire de votre côté est de vous assurer que le dialogue entre votre fils et vous-même se maintienne et existe dans le respect de l'un et de l'autre. Ce n'est pas ce qui vous garantit que votre fils arrête mais c'est une condition nécessaire si vous voulez avoir une chance de l'aider à avancer.

Vous voulez que votre fils arrête de se droguer mais ne focalisez pas vos conversations avec lui là-dessus. L'arrêt, c'est finalement à lui d'en parler lorsqu'il sera prêt. Vous serez bien plus utile et efficace d'une part en

étant prête à entendre tout ce qu'il a à vous dire (mettez-vous dans l'état d'esprit de le faire), d'autre part en partant de vous, de ce que vous ressentez face à cette situation et en lui en parlant. A partir de vos émotions, identifiez vos besoins non satisfaits (par exemple la colère peut recouvrir un besoin de sécurité non satisfait, la déception un besoin d'avoir confiance en lui, etc.). Parlez-lui de vos besoins vis-à-vis de lui et mettez-le en situation d'y répondre. N'apportez pas les solutions que vous attendez mais juste expliquez ce qui se passe pour vous. Cela lui donnera l'occasion de se positionner et l'engagera plus facilement à faire des efforts sans même que l'usage de drogue ne soit au centre de la conversation.

Ce qui est tout de même inquiétant c'est la perte de 20 kg. Il n'y a pas de raison évidente pour que le cannabis fasse cela. Je suis au regret de devoir envisager la prise d'une autre drogue ou un autre problème qu'il aurait. Ce n'est pas forcément "grave" mais c'est tout de même très inquiétant. Pouvez-vous apporter une explication à cette perte de poids ? Pouvez-vous en discuter avec lui ?

Deuxième sujet d'inquiétude : l'abandon de ses études. Là aussi c'est un signe que quelque chose ne va pas. Si vous devez discuter avec lui, n'hésitez pas à insister pour qu'il continue ses études ou pour qu'il travaille. La situation la plus à risque serait celle où il n'aurait plus rien à faire de ses journées et/ou plus de projet. C'est déstructurant et c'est la porte ouverte à une intensification de la consommation de drogues.

Maintenant j'aimerais attirer votre attention aussi sur votre maladie, l'angoisse qu'elle peut générer éventuellement chez lui et sur l'importance qu'il peut y avoir à prendre soin de votre santé.

NON vous ne devez pas vous ficher de votre santé ! Si vous vous en fichez vous lui donnez un mauvais exemple : pourquoi se soucierait-il de la sienne ? Il est au contraire important que vous vous préservez et que vous ne laissiez pas cette situation vous ronger. C'est nécessaire si vous voulez être assez forte pour l'aider. Il doit être hors de question que vous sacrifiez votre propre santé sur l'autel de celle de votre fils. Si votre fils en venait à penser qu'à cause de lui votre santé se dégrade, alors il y a des chances qu'il en éprouve une culpabilité qui ne ferait que renforcer son appétence pour la drogue. Vous ne devez consacrer qu'une énergie limitée au problème de votre fils, de manière à ce que vous n'en pâtissiez pas personnellement.

C'est d'autant plus important que si vous ne le faites pas vous créez et maintenez un lien entre sa maladie et la vôtre. Ce lien signifie que vous ne lui offrez pas de salut en dehors de vous. Vous créeriez une relation de dépendance entre vous. Pour échapper à ce lien de dépendance votre fils a la drogue (justement) et il serait obligé de poursuivre sa consommation "à son corps défendant". Au contraire, pour que votre fils arrête un jour la drogue il faut qu'il puisse gagner en autonomie, qu'il fasse connaissance avec ses propres ressources personnelles. Il faut donc que vous l'autorisiez à ne pas se sentir responsable du devenir de sa mère.

Enfin, le problème de drogue de votre fils ne concerne pas que vous. C'est votre fils cadet, dites-vous, c'est déjà qu'il a des frères et/ou sœurs qui peuvent aussi essayer de lui en parler. Par ailleurs, si c'est possible, son père, même si vous êtes divorcée, doit avoir son mot à dire sur la situation et être donc tenu au courant. Essayez de vous mettre d'accord avec lui sur la marche à suivre.

N'hésitez pas également à faire la démarche d'aller voir un centre de soins (vous et/ou des proches de votre fils) pour y prendre des conseils et recevoir un soutien. Les centres de soins spécialisés dans les addictions, gratuits, reçoivent en effet en général l'entourage, y compris s'ils ne connaissent pas l'usager. Vous trouverez les adresses de ces centres dans notre rubrique "S'orienter". Je mets ci-dessous un lien direct vers le formulaire de recherche.

Je vous souhaite un très bon courage et prenez en priorité soin de vous si vous voulez pouvoir l'aider.

Cordialement,

Le modérateur.