© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Comment aider mon frère?

Par Profil supprimé Posté le 02/10/2011 à 13h23

Bonjour. Alors je me suis finalement décidée à venir sur ce forum, parce que je ne sais pas comment agir face à mon frère.

Je suis originaire de l'île de la Réunion, et depuis environ un an, j'habite en métropole pour mes études. Mon petit frère de 3 ans plus jeune que moi, et moi n'avons jamais été proches avant mon déménagement. Mais depuis que je suis partie,il m'a avoué qu'il s'était déjà pris une cuite avec ses amis, alors qu'il était à l'internat de son lycée. Il m'a avoué aussi qu'il fumait non seulement des cigarettes, mais aussi du cannabis.

C'est un de mes cousins, plus vieux que moi de deux ans (il a donc 21 ans) qui l'a entraîné là-dedans. Je pensais qu'il aiderait mon frère, mais en fait, il l'a entraîné dans la drogue et l'alcool. Quand il fait des sorties, il emmène mon frère avec lui, et là ils fument et boivent.

J'ai déjà parlé à mon frère, lui ai déjà expliqué que l'alcool et le cannabis étaient dangereux, mais il me dit qu'il peut arrêter quand il veut. Il m'a dit qu'il va faire des efforts pour diminuer sa consommation, mais je crois qu'il a dit tout ça pour me faire plaisir.

Comment lui faire vraiment comprendre qu'il met sa vie en danger, sans pour autant me montrer trop agressive dans mes propos?

5 réponses

Profil supprimé - 07/10/2011 à 08h24

Bonjour Cathy,

Je suis désolée des problèmes que rencontre ton frère...
Avec tes parents, cela se passe comment ? Tu crois que tu pourrais leur en parler ?
Ou, mieux, pousser ton frère à leur en parler ? Si la situation le permet...

As tu essayé de contacter le cousin pour lui dire - gentiment - que tu te fais du souci pour ton frère ? Est il capable de l'entendre ?

Ensuite, cultive ce lien avec ton frère, pour lui et pas contre la défonce. Et si tu as le temps, lis un maximum, sur ce site et autres, pour mieux connaitre le problème et lui proposer des solutions.

Si tu veux parler, je reste dans le coin

courage !
bluenaranja

Profil supprimé - 07/10/2011 à 09h32

Merci beaucoup de ta réponse...

Nos parents sont en plein dans un divorce assez difficile... Ma mère a déjà assez de problèmes... Elle se doute déjà que mon cousin n'a pas forcément une influence positive sur mon frère, et elle essaye de moins permettre les sorties le soir... Mais mon frère se dresse contre elle, et ma mère est assez permissive, et pas assez sévère... Quant à mon père, c'est tout le contraire... Lui en parler serait du suicide...

Mon cousin, je lui ai dit que mon frère était encore jeune, de pas l'oublier, mais je suis pas sûre qu'il ait compris le message que je voulais lui faire passer... Il faudrait peut-être que je sois plus directe...

J'essaie de cultiver ce lien avec mon frère, pour lui, et non pas que contre la défonce... Mais trouver le juste milieu n'est jamais facile :/ Donc, il y a des fois où je ne sais plus comment me comporter...

Merci beaucoup en tout cas...

Profil supprimé - 08/10/2011 à 11h24

Coucou,

C'est sûr, ce n'est pas facile pour ta maman en ce moment. Ceci dit, en tant que maman, je pense qu'elle s'en voudra de ne pas avoir vu.
Et souvent, les mamans trouvent des ressources cachées quand il s'agit d'aider leurs enfants... Surtout si tu la soutiens aussi.
Je pense que c'est plus facile de régler ce genre de problèmes au début, que euh bon c'est pas dit qu'il y ait une escalade non plus...
Le mieux serait peut être de pousser ton frère à le lui dire... Mais bon, on fait ce qu'on peut hein !

bonne journée
blue

Profil supprimé - 09/10/2011 à 09h06

Coucou,

Oui, c'est vrai que les mamans ont souvent des ressources insoupçonnées... Mais les 10 000km rendent mon soutien plus difficile... C'est pas comme si j'étais à côté d'elle...
Je vais essayer d'en parler à mon frère, voir où il en est dans sa consommation actuellement, s'il consomme de plus en plus ou pas... Pour qu'il en parle...

Bonne journée

Profil supprimé - 12/10/2011 à 12h42

Coucou violette !

Si je te dis d'en parler à ta mère, c'est parce qu'elle me semble investie, même si c'est dur, et que je vois trop de mamans rongées par la culpabilité.
Je me dis voilà, si cette maman divorce et se rends compte des problèmes de son fils une fois qu'elle sera posée, primo, elle culpabilisera de n'avoir rien vu, de ne pas avoir été là pour son fils.
Ensuite, elle se dira que c'est du au divorce - encore une bonne raison de culpabiliser - et ce sera une "ouverture" pour ton petit frère qui va mal. Plus facile de dire que c'est à cause du divorce, que de se remettre en question.
Les deux se fixeront là-dessus, ce qui sera du temps perdu pour aller mieux.
Et même si à ce moment là tu dis que cela a commencé avant, cela n'aura pas tant de poids.

Je caricature un peu, bien sûr... L'idéal serait que ton frère lui en parle, qu'il se fasse aider par un psy.
Peut être que ta mère aussi, pour se repositionner en tant que maman, mieux vivre la reconstruction après le divorce, et se sentir épaulée.

Ce ne sont que des suggestions, je respecte tes choix, de toutes façons, je reste dans le coin si tu veux continuer la discussion.

Courage
bluenaranja