© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Mon cousin se drogue

Par Profil supprimé Postée le 18/02/2015 21:03

Bonjour,
Je suis une jeune fille de 16 ans et je suis très proche de mes cousins. L'un deux, qui a bientôt 24 ans, consomme très régulièrement (plusieurs fois par semaine) de la drogue, je ne sais pas laquelle, mais il la fume. Il a depuis peu augmenter ses consommations et ses sorties. J'aimerais vraiment l'aider, et je comptais sur vous pour m'apporter de l'aide.
Pour ça, voilà toutes les informations qui pourraient vous être utile :
Tous les membres de ma famille sont au courant, la plupart sont allés le voir afin de le raisonner, en vain. Il se braque, s'éloigne d'un ami très proche (qui lui aussi est passé par la drogue mais qui en est sortit) qui a essayé de le dissuader de continuer dans cette voie. Je pense que sa consommation est engendrée par un profond mal-être, qui viendrait du fait qu'il a eu beaucoup de pression durant ces études et qu'on lui a beaucoup répété qu'il les avaient ratées, il a sûrement perdu beaucoup d'estime de soi à cause de ça et je suppose qu'il se drogue pour oublier. Cet élément faisant partie intégrante de son quotidien ainsi que d'autres éléments comme le fait qu'il enchaîne les petits boulots, qu'il n'ait pas son permis et qu'il vive chez ses parents. Je pense qu'il considère cet aspect de sa vie comme un échec et qu'il souffre des critiques des gens qui l'entourent.

Merci d'avance.

Mise en ligne le 23/02/2015

Bonjour,

Votre cousin consomme probablement du cannabis et vous avez parfaitement cerné les raisons qui le poussent à consommer. Le fait que toute la famille soit au courant et que chacun ait essayé tour à tour de le raisonner a certainement dû renforcer "l'isolement" dans lequel il se trouve mais aussi son sentiment d'être jugé ou de ne pas être à la hauteur ...

Sa consommation, comme vous le pressentez est vraisemblablement le seul moyen qu'il ait trouvé, pour le moment, pour "gérer" ses émotions négatives et la souffrance engendrée par les critiques et reproches de certaines personnes de son entourage.

Pour l'aider, il est nécessaire de lui faire comprendre votre positionnement, différent de celui du reste de votre famille. Il faut dans la mesure du possible, rester attentive à ses besoins, disponible pour lui et l'encourager à verbaliser et exprimer son mal être. Parlez lui et partagez votre inquiétude à l'occasion, pas de façon systématique, en essayant de garder une attitude ouverte et bienveillante à son égard ainsi que des moments privilégiés avec lui, de détente, de discussions, cinéma, loisirs et autres ..

Vous pouvez également l'informer de l'existence de CJC (Consultation Jeune Consommateur). Ce type de consultations existent dans toutes les grandes villes et l'équipe de professionnels reçoit les jeunes usagers de produits (de 16 à 25 ans) mais aussi leur entourage pour leur apporter du soutien et de l'écoute. La prise en charge y est anonyme et gratuite. Nous vous mettons une adresse en bas de message au cas ou ..

Enfin, il y a toujours possibilité de nous joindre directement au 0 800 23 13 13, l'appel est anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 01 70 23 13 13 depuis un portable (cout d'un appel ordinaire) tous les jours de 8h à 2h ou par chat de 14h à 2h, si vous ou votre cousin souhaite s'entretenir avec l'un de nos écoutant de vive voix.

Bien cordialement.

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

CSAPA LYON Presqu'île - Association Addictions France 69

22 rue Seguin
69002 LYON

Tél : 04 72 65 06 00
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Lundi au Jeudi de 9h à 12h et de 14h à 18h Vendredi de 13h30 à 16h30
Accueil du public : Lundi au vendredi de 9h 13h et de 14h à 18h (19h pour certains jours)
Consultat° jeunes consommateurs : Lundi au vendredi de 9h 13h et de 14h à 18h (19h pour certains jours)
Service de prévention : prevention.aura69@addictions-france.org Tél. 04 72 65 30 15

Voir la fiche détaillée