© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Addiction anormale ou mauvaise passe ?

Par Profil supprimé Postée le 10/08/2017 00:55

> Je suis mineure, je consomme du cannabis depuis quelques mois sauf que depuis un certain temps j'en consomme beaucoup plus que je ne le faisais avant... une dizaine par jour contre un ou deux il y a encore 2/3 semaines
> Je me gratte souvent les paupières et c'est une amie qui consommait avat qui m'a fait la remarque en ajoutant "je faisais ça quand j'avais envie d'en fumer"
> Alors je me pose des questions, et je sais pas si je dois en parler à mes parents car je veux pas donner les raisons de pourquoi j'ai commencé à y toucher

---

Mise en ligne le 10/08/2017

Bonjour,

Vous sentez que votre consommation de cannabis est en train de vous échapper. Nous ne pouvons pas savoir avec certitude ce qu'il en est pour vous mais nous savons que c'est souvent de cette manière que s'installe une addiction.

Vous craignez d'en parler à vos parents car vous ne souhaitez pas leur parler des raisons qui vous ont poussé à commencer. Selon nous, il s'agit de deux choses différentes. Vous pouvez très bien leur dire que vous avez peur d'être en train de « déraper » avec le cannabis sans entrer dans le détail de vos motivations. Avoir le soutien de ses parents, c'est important. Si vous pensez qu'ils seront capables d'entendre vos demandes de soutien et de prendre soin de vous, vous devriez leur en parler.

Quoi que vous décidiez pour vos parents, vous pouvez également en parler à d'autres adultes. Il existe des lieux dédiés aux jeunes, qui proposent un accueil anonyme et gratuit. Vous trouverez des adresses sur notre site dans la rubrique Adresses utiles. Ces lieux s'appellent des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) ou Points Accueil Ecoute Jeune (PAEJ).

Vous avez également parlé d'une amie qui consommait par le passé. Peut-être pourriez-vous aussi en parler avec elle, lui demander comment elle a fait pour arrêter. Chacun le fait à sa manière mais il est quelquefois aidant de pouvoir échanger avec d'autres personnes qui sont passées par là.

Dans tous les cas, nous vous encourageons à ne pas rester seule. Vous entourer de personnes qui vous aiment et vous soutiennent ne pourra que vous aider. Et si vous avez besoin d'en parler de vive voix ou si vous avez des questions, vous pouvez aussi appeler notre service au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit, tous les jours, de 8 h à 2 h).

Bonne fin de journée et prenez soin de vous.

Cordialement,