

Vos questions / nos réponses

## Comment aider un jeune adulte à s'interroger sur ses addictions

Par [Profil supprimé](#) Postée le 11/03/2018 11:27

Bonjour,

Notre fils de 23 ans ne vit plus à la maison. Il est à notre avis addictif au jeux vidéos et depuis peu il consomme régulièrement du canabis. Nous en avons parlé avec lui mais il ne semble pas penser que ce sont des addictions'. Il dit que rien ne lui fait envie et que cela l'occupe. Comment l'aider ?

Merci

**Mise en ligne le 12/03/2018**

Bonjour,

Vous faites référence à la pratique de jeux vidéos de votre fils ainsi qu'à une consommation plus récente et régulière de cannabis. Vous évoquez aussi le fait qu'il vive de manière indépendante. Nous disposons de peu d'éléments sur sa situation: est-il étudiant?, travaille t-il?, est-il autonome financièrement ou non? Tous ces aspects, entre autres, mériteraient d'être éclairés pour vous répondre au mieux.

Votre fils n'assimile pas ses consommations à des addictions, mais il semble dire qu'elles répondent à une forme d'ennui et qu'elles auraient en quelque sorte la fonction de l'occuper, de remplir un vide dans son existence.

Peut-être manque t-il de relations amicales avec lesquelles partager des affinités et de bons moments; peut-être n'a t-il pas encore trouvé sa voie sur un plan scolaire ou professionnel.. Il nous semble qu'un dialogue mené avec lui sur ces aspects importants de sa vie permettraient de l'aider à réfléchir indirectement au rôle que jouent les jeux vidéos ou le cannabis pour lui.

Remettre en question directement ses consommations ne trouve certainement que peu d'écho en lui. Par contre, il semblerait intéressant de creuser avec lui cet aspect qu'il décrit "que rien ne lui fait envie" afin de l'aider à réfléchir à la manière de recréer une forme d'intérêt ou de plaisir dans sa vie.

Pour l'instant, votre fils trouve certainement dans ces différentes occupations et consommations une forme de soutien qu'il n'envisage pas de remettre en question pour le moment. Pour autant, le fait de dialoguer avec lui d'une manière plus large, sans se focaliser sur le cannabis et les jeux vidéos pourraient l'amener à les reconstruire différemment, à prendre en compte chez lui une forme de mal-être que ces consommations reflètent peut-être.

N'hésitez pas à solliciter notre service par téléphone ou par tchat, si vous souhaitez approfondir ces questions. (Drogues Info Service numéro gratuit et anonyme ouvert 7j. sur 7 de 8h à 2h au 0800 23 13 13. Le service tchat est ouvert tous les jours de 14h à minuit.)

Bien cordialement

---