© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Quoi faire

Par Profil supprimé Postée le 10/05/2018 22:33

> Je viens d'apprendre que ma fille de 14 ans fume le cannabis régulièrement depuis plusieurs mois. On en a parlé mais elle ne veut pas arrêter. Vers qui puis-je me tourner. Elle a été voir le médecin traitant mais il n'a rien prescrit ni rien conseillé.

Mise en ligne le 11/05/2018

Bonjour,

Découvrir que son enfant consomme du cannabis est toujours un bouleversement. Vous souhaitez l'aider à faire ce qui est le mieux pour elle mais vous êtes inquiète car le médecin généraliste ne lui a rien conseillé.

Quatorze ans, c'est un âge où les règles sont essentielles pour que les adolescents trouvent des repères afin de continuer à grandir. Vous pouvez donc lui rappeler que le cannabis est un produit dangereux, qu'il est interdit par la loi et que votre rôle de parent est de la protéger ainsi que de la préparer à intégrer une société régie par des règles. L'interdit sera donc posé de manière claire et compréhensible par votre fille. Pour votre information, nous vous joignons un lien vers une fiche complète sur le cannabis qui vous aidera à mieux connaitre ses effets, ses risques etc... Cela peut vous servir de support également pour en reparler ensuite avec votre fille.

Nous ne sommes toutefois pas naïfs et savons bien que les adolescents peuvent parfois transgresser ces interdits. Dans ce cas, comme dans la vie en général, vous pouvez prévoir des sanctions (restriction de sorties, de téléphone, d'argent de poche…). Ces sanctions doivent vous sembler justes et pertinentes : c'est la condition pour que vous puissiez les tenir.

La mise en place de règles, bien qu'indispensable, n'est toutefois pas suffisante. Maintenir coûte que coûte le dialogue, questionner votre fille sur les raisons de cette consommation, sur les effets qu'elle recherche dans ce produit pourront vous aider à réfléchir avec elle à la manière de faire autrement. Il est possible qu'elle ait commencer à fumer avec d'autres jeunes au collège (ou au lycée) car à cet âge les sollicitations ne manquent pas et il est parfois tentant d'essayer une première fois. Certains jeunes prennent goût à cette expérimentation car elle vient leur apporter quelque chose de plus. Très souvent, les jeunes y trouvent une nouvelle manière

d'être ensemble, de se détendre, d'être moins stréssés. Bref, l'idée est donc de mieux comprendre les raisons qui la poussent à consommer et de cerner davantage comment elle se sent en ce moment au collège, à la maison etc..

Si vous le souhaitez, vous pouvez être aidée pour mener ce « travail d'équilibriste » entre règles et dialogue. Les PAEJ (Point Accueil Ecoute Jeune) ainsi que les CJC (Consultations Jeunes Consommateurs) sont des espaces dédiés aux jeunes et / ou à leur parents pour parler des problèmes liés à l'usage des drogues chez les jeunes. Vous pouvez vous y rendre seule ou avec votre fille ou bien encore votre fille peut y aller seule. Vous trouverez des adresses sur notre site rubrique Adresses Utiles.

Nous nous permettons également de vous mettre en lien un article qui complètera notre réponse.

Si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à nous contacter par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit, tous les jours de 8 h à 2 h). Un de nos écoutants prendra le temps de faire le point avec vous.

Cordialement,

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Article : J'ai découvert que mon enfant se drogue
- Qu'est ce qu'une CJC ?