VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

# CANNABIS

Par Profil supprimé Postée le 11/02/2014 22:36

mon fils de 32 ans fume régulièrement avec ses copains. Il lui arrive souvent de s'énerver et d'être agressif avec son entourage. Est-ce les conséquences au fait de sa consommation ? Nous pensons qu'il serait grand temps pour lui de cesser définitivement...Il lui arrive de ne pas en consommer pendant un mois et d'un coup il retourne voir ses supers copains et c'est reparti...Nous avons l'impression qu'il n'est pas décidé à couper les ponts avec eux. Sa compagne et nous même ne savons pas comment l'aider, nous savons que c'est lui qui doit "vouloir"... Comment devons nous aborder la discussion avec lui?

---

**Mise en ligne le 12/02/2014**

Bonjour,

Vous pensez qu'il serait grand temps que votre fils arrête définitivement de fumer, ce qu'il ne semble pas décidé à faire pour le moment. Vous vous demandez donc comment aborder ce sujet avec lui.

Vous avez raison, c'est lui qui doit "vouloir" pour qu'une démarche puisse avoir lieu. Si, pour l'instant, votre fils ne souhaite pas arrêter, le dialogue reste effectivement le meilleur moyen de faire, petit à petit, avancer les choses. On se demande souvent comment aborder ce sujet difficile, à l'origine de tensions et d'inquiétudes. En parler le plus simplement possible, sans jugement ni pression pour faire quoique que soit, est la première chose à faire.

Lors de ces discussions, parlez de vous, de ce qui vous inquiète, de ce que vous observez... plutôt que de parler de lui et de ce qu'il devrait faire. En parlant de vous, vous lui donnerez envie de parler de lui. N'hésitez pas non plus à l'inviter à réfléchir à ce qui fait que, pour l'instant, il n'a pas envie d'arrêter de fumer. Il est important de pouvoir parler de ce que le produit apporte, des raisons pour lesquels il est apprécié, peut-être aussi de quelle façon il aide à supporter ou traverser certaines choses difficiles... En effet, on ne peut avoir envie d'arrêter un produit que lorsqu'on sait à quoi il nous sert. Souvent, les consommations régulières et qui inquiètent l'entourage sont le signe que la personne essaie de soulager un malaise, un mal-être pour lequel elle n'a pour l'instant pas trouvé d'autres solutions. Considérer le cannabis comme une tentative de solution plutôt que comme le problème aide souvent à désamorcer les tensions et malentendus dans la discussion.

Mais évidemment, ces conseils ne sont pas miraculeux, et il se peut que votre fils ait encore besoin de temps avant de décider d'arrêter définitivement. Nos conseils vous permettront alors de ne pas rompre le dialogue avec lui, de rester en lien, le temps que chacun chemine à son rythme.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour parler de cette situation avec l'un de nos écoutants, n'hésitez pas à nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

---