

Forums pour l'entourage

## Mon fils est accro à la 3MMC : que faire ?

Par Anne78 Posté le 13/09/2025 à 07h55

Bonjour à tous,

Mon fils de 23 ans étudiant et vivant une semaine sur deux chez moi, l'autre chez son père, m'a annoncé avant hier qu'il était devenu dépendant à la 3MMC. Consommation festive en festival techno au démarrage et maintenant une consommation quotidienne seul pour faire taire ses angoisses.

Il m'a avoué avoir un long passif de consommation d'"anesthésiants" : consommations excessives successivement de cannabis puis d'alcool.

Il demande de l'aide mais se sent incapable de décrocher seul.

Il dit ne plus pouvoir s'en passer en situation sociale même avec de bons amis juste pour boire un verre et en avoir besoin pour calmer ses angoisses qu'il a toujours eues mais qui sont décuplées par la 3MMC.

On a pris un rendez-vous chez notre généraliste et j'ai pris en urgence un rendez-vous chez un psychiatre (avec son accord).

Mais dès le lendemain, c'est-à-dire hier soir, il est reparti en soirée techno en me promettant de s'abstenir (ce à quoi je ne crois absolument pas) et de rentrer tôt (je lui ai dit que je payais le taxi pour qu'il rentre dans la nuit plutôt que le lendemain après-midi en mode légumes). Il est 10h du matin et il n'est pas rentré.

Je ne sais pas quoi faire pour l'aider à part mettre en place un cordon médical. Quoi d'autre ? Et je ne sais pas comment réagir dans une situation comme hier soir. Lui interdire de sortir à 23 ans, impossible. Je l'ai juste interrogé sur la pertinence de cette sortie mais c'est un autre homme, excité à l'idée de ressortir, incapable de résister.

Je cherche des conseils.

Mille mercis ????

### 3 réponses

---

Pepite - 15/09/2025 à 13h34

Bonjour,

Prenez soin de vous. Vraiment.

Il choisit.

Vous êtes là pour l'écouter. Vous le soutiendrez dans les soins.

Mais prenez soin de vous.

Être mère c'est cher payé dans cet environnement toujours plus anxiogène et angoissant.

Je sais que vous avez peur pour lui. Vous l'aimez.

Comment cela se peut-il être autrement ?

Consultez un thérapeute. Téléphonnez ici ou rapprochez vous d'un CSAPA.  
Même si les moyens sont minables.

Voyez éventuellement un psychologue de ville.

Je suis avec vous.

Anne78 - 15/09/2025 à 19h54

Merci Pepite.

Qu'entendez-vous par les moyens sont minables ? Les CSAPA ?

Pepite - 16/09/2025 à 15h27

Bonjour,

Le CSAPA n'avait pas de psychiatre durant quasiment trois mois.

Pour intégrer un centre, c'est sur liste d'attente.

Il ne se passe rien de concret entre la visite chez le psychiatre et la conseillère économique.

Tout est à 60 km.

Les ateliers et autres activités.

C'est du rafistolage.

Bon maintenant, s'il était motivé, il se bougerait.

Ce n'est pas le cas.

Il ne prend pas ni les médicaments ni ne met les patchs.

Le réel passe par des faits, des décisions et un engagement même s'il traversé des moments chaotiques.

Or petit à petit, il s'est mis à nous éviter, à refuser tout dialogue. Il rentrait tard, partait tôt.

Il ne veut pas travailler. Il veut de l'argent.

Même si mon mari contribuait lui aussi à dégrader l'ambiance.