© Drogues Info Service - 8 octobre 2026

Forums pour l'entourage

trouver de la force quand on est si lasse ?

Par Profil supprimé Posté le 04/01/2010 à 09h10

il m'est conseillé de { {{lui}} } communiquer (à mon fils, 27 ans, qui se drogue à autre chose j'en suis sûre, que le cannabis)ma "{force de vie}". Oui, mais j'en ai très très peu.

Une vie de luttes en solitaire, quelques dépressions, de gros soucis actuels, et depuis si longtemps, cette inquiétude qui me ronge le concernant. En ce moment, je suis très fatiguée. Angoisses, cauchemars, insomnies, blues etc. Alors, transmettre une quelconque "force de vie"!? Il me reste juste un petit peu d'énergie, et je l'utilise pour ne pas sombrer. Avant de m'être suffisamment reprise pour redémarrer, j'ai "seulement"(!) besoin {{d'un peu de votre soutien}}.
J'ai 2 ou 3 très bonnes amies, mais c'est quasi impossible de parler de {{<sc>ça</sc>.}}

Suis souvent au bord des larmes, mais sans pouvoir pleurer, des envies fugaces de baisser les bras, ce fatras de culpabilité (et culpabiliser de se sentir coupable!!), la colère -voire la haine-, la rancune, la peur, la douleur.

Je me souhaite pour cette année suffisamment de courage et de gaieté pour affronter les épreuves et profiter des bons moments. (c'est pas gagné, mais... rien n'est ni gagné, ni perdu d'avance, n'est-ce pas?).
Je vous souhaite à toutes et tous suffisamment de cette force de vie qui en ce moment me fait défaut, et de vous fabriquer plein de moments heureux.

7 réponses

Profil supprimé - 05/01/2010 à 20h04

Bonsoir,
La "force de vie" moi aussi, j'essaie de la garder. Je comprends cette inquiétude qui vous ronge. Beaucoup de parents sont dans le même cas... donc je vous envoie ce message pour un "petit soutien", étant moi-même bien angoissée quant au jugement de mon fils qui arrive à grands pas (cf mon message de novembre).
N'hésitez pas à me contacter.
Amicalement.
Vanille35

Profil supprimé - 06/01/2010 à 16h13

bonjour Vanille merci de ton message. Je suis actuellement très fatiguée psychiquement, donc pas les idées très claires, et peu de forces pour dialoguer longuement. Je veux juste t'envoyer une pensée de soutien. Les

angoisses nous minent. Les partager, c'est les alléger un petit peu.
Amicalement.

Ihtram

Quand j'aurai plus de forces, j'écrirai plus longuement.

Profil supprimé - 06/01/2010 à 20h58

Merci beaucoup. Je te souhaite beaucoup de courage et à très bientôt !
Vanille

Profil supprimé - 11/01/2010 à 21h27

bonjour Vanille

où en est la situation de ton fils? Tiens-moi au courant.

Je te souhaite moi aussi de garder courage. Prends-soin de toi. A très bientôt.

Profil supprimé - 12/01/2010 à 20h20

Bonsoir Ihtram,
Merci de prendre des nouvelles. Eh bien, çà y est, le jugement a eu lieu hier... 2ans fermes... C'est dur, mais celà aurait pû être tellement pire, à cause de la récidive. Je souhaite vraiment que mon fils fasse une cure, car il gâche sa vie à cause de ce fléau. Bon courage pour la suite. A bientôt !
Vanille

Profil supprimé - 08/03/2010 à 05h32

Je vis la même chose que toi et mon fils a le même âge ...Ma lassitude est très grande aussi et je suis psychiquement épuisée ne sachant plus que faire ...Quel gachis !!!
j'espère que depuis ton message tu vas mieux ...

Profil supprimé - 25/03/2010 à 15h11

bonjour,
Il me parait clair que ton handicap principal n'est pas la toxicomanie de ton fils, mais ta solitude, comme souvent, nous parents de consomateur de drogue rentrons dans un cercle infernal de culpabilité, de responsabilisation au point que nous nous sentions dans l'obligation d'être le secours du loulou..
J'ai moi même parcouru un trés long chemin avant d'en arriver à une logique :
- Ne te mèle pas de sa vie, tu es au courant, il sait que tu sait, c'est largement suffisant!
- Ne l'aide pas financièrement, le pire qu'il risque c'est la commission de surendettement, il semblerait que ça ai fait réagir mon fiston depuis peu.
-s'il choisit la voie de la malhonneteté pour de l'argent c'est son choix
- Aime le en tant que fils, le reste ne regarde que lui.
- Fait lui comprendre que à son âge, tu n'est plus responsable de ses choix
- fait toi aider par un psy, généraliste, assistante sociale, va dans les centre spécialisés, il ont des cellules de

soutien aux parents.

Je comprend tes peurs, tes inquiétudes, il faut un travail personnel énorme pour franchir toutes les étapes qui te permettront de te prendre en main, mais si tu tiend trop la main de ton fils, il risque de te faire sombrer..

-Aimer ne veut pas dire prendre en charge.
-écouter ne veut pas dire prendre le rôle d'un psy
-soutenir ne veut pas dire assister,

quand tu auras retrouver tes forces, je pense que tu arriveras à poser les limites..
courage, fait toi aider, je te soutien de tout coeur