© Drogues Info Service - 9 octobre 2026


Vos questions / nos réponses

# Comment puis-je aider un ami consommateur ?

Par Profil supprimé Postée le 05/02/2015 23:32

> J'ai un ami très proche, il a 15ans. Il a commencé à fumer du cannabis l'année dernière. Mais récemment, après quelques problèmes de coeur, sa consommation a nettement augmentée. Elle est devenue limite ingérable, en effet, il fume maintenant tous les jours. Ça m'inquiète car au départ c'était juste de temps en temps. Le pire, c'est qu'il manque des heures de cours pour ça ! Nous, ses amis, on est tous là pour lui ouvrir les yeux mais il ne veut rien entendre. Il prétexte qu'il n'est pas dépendant, qu'il n'a pas besoin du cannabis et qu'il fume juste lorsque ses différents "amis" fument et lui propose. Que cette atmosphère est trop "tentante". Il ne veut rien entendre à ce sujet. Comment puis-je l'aider ? Il est en train de briser sa vie...

---

**Mise en ligne le 08/02/2015**

Bonjour,

Nous comprenons votre questionnement et votre inquiétude. Comme vous le décrivez justement, la consommation de votre ami a fait un bond suite à des peines de coeur. Nous pensons comme vous que sa consommation de cannabis lui permet de s'apaiser et de moins penser à ses soucis. Toutefois, cette consommation n'est effectivement pas sans risque, d'une part en raison de son âge (il est déconseillé d'user de substances psychotropes jeune, car cela augmente le risque de développer un terrain addictif à l'âge adulte) mais aussi car cette consommation peut venir perturber son équilibre psychique, court-circuiter sa scolarité ..

Vous pourriez essayer d'attirer son attention sur le fait que même si ce produit lui permet de prendre de la distance et du recul par rapport à ses émotions négatives, cela renforce d'un autre côté sa tristesse, sa déception ainsi que sa mélancolie et ne l'aide pas à reprendre confiance en lui, au contraire.

Il est difficile d'aider quelqu'un qui ne se reconnait pas en difficulté et qui ne veut rien entendre à ce sujet .. Vous pouvez cependant rester attentif à ses besoins, suffisemment disponible et dans une attitude ouverte et bienveillante à son égard, en l'invitant à verbaliser et exprimer ce qui se passe pour lui . C'est le maximum que vous puissiez faire. Sans adhésion de sa part, vous ne pouvez pas l'aider davantage ou faire évoluer sa situation de manière positive. N'hésitez pas à consulter cette page pour plus d'informations sur la conduite que vous pouvez adopter. Vous pouvez aussi nous joindre au 0 980 980 940 (Ecoute Cannabis, appel anonyme et non surtaxé, tous les jours de 8h à 2h) si vous souhaitez vous entretenir avec l'un de nos conseillers de vive voix.

Cordialement.