© Drogues Info Service - 9 octobre 2026

Forums pour l'entourage

Ils ne veulent plus s'arrêter...

Par Profil supprimé Posté le 18/02/2016 à 10h19

Ca faisait 3 ans qu'on fumer avec mon copain et mes soeurs, les week-end on s'en faisait 3 ou 4, et 1 ou 2 dans la soirée en semaine, on avait la sensation de contrôler notre consommation, ça n'empiété pas sur notre vie familiale, ni sur nos études. Au mois de juin dernier on à rencontre deux amis, un peu plus jeune que nous, en pleine crise d'adolescence, qui croqué la vie à pleine dents et qui consommé aussi, sauf qu'on à triplé notre consommation avec eux. Leur let motiv' c'était "t'en qu'on à on va pas se priver, faut tout fumer". De prime à bords je me suis dit "on est en vacance d'été, on diminuera à la rentrée." Sauf qu'a rentrée on s'en faisait 1 ou 2 dans la journée, 3 ou 4 dans la soirée, quand on voyait nos potes le soirs on s'en roulé 2 parfois 3, et bien-sur on faisait celui avant d'aller dormir. Il y a un mois j'ai ouvert les yeux sur notre consommation excessif et j'ai décidé d'arrêté net! Je ne trouvé plus de bien être la dedans, et j'angoissé à mort, j'avais l'impression étouffer.
SAUF que personne n'a voulu me suivre dans ma démarche, et me disaient qu'ils comptaient de toute façon diminuer. Mais ils ne diminuent pas vraiment, et je me suis rendue compte que pour eux chaque occasion et bonne à prendre pour fumer, souvent mon chéri me dit "se serait bien si on pouvait s'en rouler un!" et ça me tue à petit feu.
Le weekend ils font des stratagèmes pour aller fumer avec nos "potes" me laissant toutes seule, et quand je suis avec eux ils me demandent si ils peuvent fumer et que je répond "c'est bon on est bien la on est pas obligé" on me dit que je fais chié. Ils se mettent en colère quand j'essaie de leur faire comprendre qu'on peu trouver le bien être ailleurs et ils disent que je les fait passé pour des "accro"; "drogué"; "dépendant"; "toxicoman"; bref j'en ai assez d'être la méchante dans l'histoire, je trouve ça injuste de me retrouver seule tout les weekends et que personnes ne reconnaissent leurs problèmes. Alors est-ce que c'est moi qui grossi le trait ? Est-ce normal d'acheter pour 50€ toutes les semaines (toutes les deux semaines maintenant qu'ils ont soit disant diminuer) ? Comment faire pour leur faire comprendre qu'ils banalisent leur consommation ?

1 réponse

Moderateur - 24/02/2016 à 17h14

Bonjour,

Vous ne grossissez pas le trait. Vous avez tout simplement eu la chance de prendre conscience de la situation. Le déni dont ils font preuve est là pour leur permettre de continuer à consommer comme ils veulent. Il est plus facile de vous ostraciser ou de vous faire passer pour la méchante que de se remettre en cause soi-même. Ceci, tous les proches de personnes dépendantes ou toujours en "amour" avec leur consommation ont à le subir.

Vous pouvez essayer de leur montrer par exemple leur "fermeture" : ils se retrouvent toujours entre les

mêmes personnes pour faire toujours la même chose, ils s'interdisent par là même de faire d'autres choses intéressantes et font partir leur temps libre dans la "fumette". S'ils se veulent "cool" et "ouverts" vous pouvez les questionner sur leur capacité à aller à la rencontre de non fumeurs et à avoir des activités avec eux. Ce qu'ils cherchent c'est le "même", l'entre-soi et ils perdent beaucoup de temps à faire cela.

Après cela pourrait être, pourquoi pas, un choix de vie. Mais l'est-il réellement ou s'agit-il d'aller vers une certaine "facilité" ? Enfin, si vous constatez des effets négatifs dus à leur consommation, soulignez-le (pertes de mémoire, troubles de l'humeur quand ils n'ont pas de cannabis, paranoïa, etc.)

Il est probablement par ailleurs que vous arriverez plus facilement à les faire réfléchir en leur parlant individuellement et non lorsqu'ils sont en groupe, ainsi qu'à un moment où ils ne sont pas en train de "planer".

Cordialement,

le modérateur.