VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

COMMENT AIDER UN PROCHE DANS SA DÉPENDANCE ?

Par Vyloris Postée le 03/03/2023 20:12

> Bonjour, je suis mineure, en relation avec un jeune homme qui se drogue, j'aimerais l'aider a se débarrasser de cette addiction, cependant quoi faire?? Il consomme une ou plusieurs fois par jours, et les uniques jours ou il ne peut pas il est en grand manque. Autre problème, il est entouré uniquement d'amis dans la même situation d'addiction, et je ne veux pas le couper de sa vie sociale pour lui faire arreter.. J'aimerais trouver une solution pour lui, merci beaucoup de votre aide.

Mise en ligne le 06/03/2023

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre besoin d'aider votre ami qui consomme de la drogue tous les jours. Nous imaginons combien cela doit être douloureux pour vous d'être témoin de cette situation et vous souhaitez l'aider.

Nous ignorons quelle substance votre ami consomme et depuis combien de temps. Néanmoins, sachez qu'une consommation répond très souvent à une souffrance, un mal-être qu'une personne peut ressentir sans pouvoir y mettre les mots. Le produit consommé représente alors pour cette personne une forme de "solution" à ses soucis, son mal-être. C'est pourquoi, parvenir à sortir d'une dépendance est quelque chose de très personnel et seul, votre ami peut mettre un terme à ses consommations, personne ne peut le faire à sa place. Une décision d'arrêt d'un usage de drogues entraîne un renoncement à une consommation qui pour l'instant comporte des aspects positifs pour lui.

Nous sommes conscients que cela est un problème pour vous et que vous en souffrez. Si vous le ressentez, et si vous trouvez un moment propice à une ouverture de dialogue, vous pouvez demander à votre ami ce que lui apportent ses consommations, à quels besoins elles viennent répondre. Cela pourrait aussi permettre de créer un climat de confiance entre vous, et lui indiquer que vous cherchez à le comprendre, à le soutenir et à lui faire part de vos inquiétudes.

Si vous sentez que votre ami est prêt à cela, vous pouvez l'informer qu'il existe des dispositifs d'aide recevant les usagers de drogues de manière bienveillante et non jugeante. Ces structures s'appellent des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Il sera reçu par des professionnels spécifiquement formés en addictologie (médecins, infirmiers psychologues...) qui feront avec lui un bilan et lui proposeront un soutien en fonction de ses besoins. Si votre ami a entre 12 et 25 ans, il pourra être reçu dans le cadre d'une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC). L'accueil se fait sur rendez-vous , il est confidentiel et gratuit. Les CSAPA reçoivent aussi l'entourage des personnes qui consomment. A ce titre n'hésitez pas à les contacter pour prendre des renseignements et/ou un rendez-vous.

Comme nous ne connaissons pas votre ville/département, nous vous joignons ci-après un lien vers la rubrique "adresses utiles" de notre site internet à partir de laquelle vous pourrez lancer une recherche de structures au plus proche de votre domicile, grâce au moteur de recherche.

Nous nous permettons aussi de vous glisser un lien vers "Fil Santé Jeunes" qui est une ligne d'écoute qui répond à tout type de questions et de préoccupations qui peuvent se poser aux jeunes de 12 à 25 ans. N'hésitez pas à les appeler, Ces professionnels seront à votre écoute et pourront vous orienter vers des lieux d'accueil et de parole au plus proche de votre domicile. L'appel est gratuit.

Pour vous aider au dialogue avec votre ami, vous trouverez ci-après quelques articles issus de notre site internet intitulés "comment aider un proche" et "il ne veut pas arrêter, que faire?"

Si vous vous sentez perdue, démunie face à cette situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants au 0800 23 13 13 (appel gratuit depuis un fixe) ou au 01 70 23 13 13 (depuis un portable). Ils sont accessibles 7j/7 de 8h à 2h du matin et sont là pour vous écouter et vous conseiller dans les difficultés que vous rencontrez et ce, de manière bienveillante et non jugeante. L'appel est anonyme. Vous pouvez aussi nous contacter par tchat depuis notre site internet de 14h à minuit.

Avec tout notre soutien,

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service

Autres liens :

- Fil Santé Jeunes
- comment aider un proche
- il ne veut pas arrêter, que faire?