

Vos questions / nos réponses

## A bout de forces mentales

Par [Christy](#) Postée le 13/03/2025 19:03

J'ai lu des témoignages ici, les lires ne me donneront pas de solutions parce que je ne suis pas consommatrice, je suis juste là mère d'un homme maintenant qui consomme coke, crack, bière et je pense ne pas tout savoir ! Je suis démunie après des hospitalisations, des post cures toujours vaines. A chaque sortie il replonge. Je ne peux qu'apporter un soutien maternel et bien évidemment et hélas un soutien financier pour de l'alimentation de l'essence pour aller bosser quand il y arrive. 35 ans, c'est son âge, bien évidemment aucune relation sentimentale, tout cassé et rien ne peut se construire. Il ne se construit même pas lui même . Ce suivi de permanent me fait tellement peur. Et je me sens tellement seule. Son père ne le voit plus . Bien évidemment s'il ne veut pas arrêter, je ne pourrais rien y faire, mais comment supporter de voir son enfant sombrer.!

---

### Mise en ligne le 17/03/2025

Bonjour,

Nous comprenons bien la difficulté que représente le fait de témoigner de l'addiction d'un proche, notamment quand il s'agit d'un fils.

En effet, les sentiments d'impuissance, d'inquiétude et de solitude sont fréquemment ressentis par l'entourage. Comme vous l'avez bien compris, seul votre fils peut décider de se soigner et de se maintenir dans l'abstinence. Vous nous indiquez qu'il consomme notamment du crack et de la cocaïne, il s'agit de substances très addictives qui peuvent nécessiter de nombreuses tentatives d'arrêt. Il importe de ne pas vous décourager et de penser à prendre soin de vous dans la mesure du possible.

C'est pourquoi, il existe des consultations à destination des familles proches d'une personne dépendante au sein des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les professionnels spécialisés en addictologie reçoivent toute personne concernée directement ou indirectement par une dépendance. Des entretiens sont possibles pour évoquer la situation et bénéficier d'un soutien adapté à votre réalité. Les interlocuteurs sont en mesure de vous apporter des pistes de réflexion pour faire face à cette situation. Les consultations y sont confidentielles et gratuites.

Si cela vous intéresse, nous vous joignons en bas de page un lien vers un CSAPA de votre ville.

Il est également possible de songer à un soutien psychologique individuel pour rompre votre sentiment d'isolement et vous aider à vous préserver dans ce contexte.

Par ailleurs, il existe des groupes d'entraide entre proches de personnes addictes portés par l'association Nar-anon dont nous vous transmettons le lien en bas de réponse. Il s'agit de réunions virtuelles qui rassemblent des personnes connaissant des problématiques similaires aux vôtres.

Enfin, sur notre site internet comme vous l'avez précisé en début de message, nous proposons un forum de discussions destiné à l'entourage. Les internautes confrontés aux mêmes souffrances et difficultés peuvent s'entraider, se soutenir et échanger.

L'idée n'étant pas de trouver la solution pour votre fils, car cela lui incombe mais de pouvoir vous appuyer sur une dynamique collective dans une optique d'entraide et d'encouragement.

Pour conclure, nous vous glissons quelques articles issus de notre site internet de conseils à l'entourage pour vous aider dans votre réflexion.

Bien entendu, nous restons à votre disposition pour toute demande d'information ou de soutien au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) 7j/7 de 8h à 2h. Également par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv**

---

### **[CSAPA - Association Addictions France](#)**

9 rue Henri Barbusse  
26000 VALENCE

Tél : 04 75 82 99 60

Site web : [addictions-france.org/](http://addictions-france.org/)

**Secrétariat** : Lundi, mardi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h, mercredi et vendredi de 9h à 12h

**Accueil du public** : Lundi, mardi, mercredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h, rendez-vous possibles en dehors de ces horaires dont jeudi

**Consultat° jeunes consommateurs :** Les jeunes consommateurs et leur entourage peuvent être reçus toute la semaine aux horaires du CSAPA, jusqu'à 17h30

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Forums Drogues info service](#)
- [Nar-anon groupe d'entraide famille de personnes dépendantes](#)
- [Comment aider un proche?](#)
- [Il a repris sa consommation](#)
- [Se faire aider](#)