

Vos questions / nos réponses

Aider un proche (cannabis et alcool)

Par [Profil supprimé](#) Postée le 10/02/2012 16:00

Bonjour,

voilà de nombreuses années que mon frère est accro au Cannabis (il a 27 ans et fume depuis qu'il a 12ans...) et quelques mois maintenant voire un an qu'il est également dépendant à l'alcool, qu'il boit seul dans sa chambre. J'ai toujours cru au dialogue, au soutien, j'ai essayé souvent de lui en parler mais pour lui c'est une fatalité, c'est comme ça, ce sont ses vices et il ne voit pas de raison d'y remédier. Un temps il commençait à se demander s'il ne devrait pas aller voir un psy, je l'ai soutenu dans cette démarche mais ça n'a rien donné, il n'a pas eu le courage ni l'envie de chercher de l'aide, et la situation stagne voire empire. Le problème aujourd'hui est que je ne supporte plus sa manière d'être, son pessimisme, sa surconsommation, que nous nous sommes disputés de vive voix et que la discussion devient très difficile. Pendant longtemps j'ai essayé de discuter, cela n'a rien donné. Aujourd'hui je veux agir, cela fait trop longtemps que ça dure. Mais que pouvons nous faire? Je ne peux pas le forcer à consulter et si je lui en parle il va à nouveau se braquer et vu les tensions en ce moment il risque de s'énerver. Car en effet plus il consomme, plus il s'énerve facilement. Je connais pas mal de choses sur les addictions, la dépression, mais rien de la documentation que j'ai pu voir ne m'a aidé pour savoir concrètement: qu'est-ce que je peux faire aujourd'hui?

Merci

Mise en ligne le 15/02/2012

Bonjour,

Nous comprenons votre désarroi et votre inquiétude.

Le problème est qu'il est très difficile voire impossible de faire arrêter quelqu'un de consommer s'il ne le désire pas. Le fait que vous soyez présente à ses côtés est le meilleur soutien que vous pouvez lui témoigner. Vous faites déjà beaucoup, cela n'a l'air de rien mais c'est très important. Vous ne pouvez malheureusement pas faire beaucoup plus car vous ne pouvez pas agir à sa place et lui seul peut "décider" à un moment de se remettre en question.

Souvent, quand une dépendance s'installe, il n'est pas rare que cette dernière soit symptomatique ou révélatrice d'un malaise. Vous pouvez essayer de l'amener à évoquer son mal-être afin de réellement

comprendre ce qui le lie à ces produits. Par cette démarche il s'agit qu'il ne se sente pas jugé afin qu'il puisse parler de lui.

La prise de conscience d'un problème de dépendance peut prendre du temps. Il faut savoir être patient et ne pas se décourager ou se démotiver dans le soutien que vous pouvez lui apporter. Parfois, un recours à des professionnels peut être utile. Nous vous mettons en lien, un lieu de soin qui accueille aussi bien les usagers que leur entourage (parents, famille, amis). La prise en charge y est anonyme et gratuite.

Enfin si vous le souhaitez, vous pouvez également joindre l'un de nos écoutants au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7 et de 8h à 2h) pour en parler.

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

[CSAPA du CHI de Poissy-Saint-Germain-en-Laye : Site de Mantes la Jolie](#)

122, boulevard Carnot
78200 MANTES LA JOLIE

Tél : 01 30 63 77 90

Site web : www.ghtyvelinesnord.fr/services/addictologie-csapa/

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00.

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations pour les jeunes de moins de 25 ans, avec ou sans entourage : sur rendez-vous.

Substitution : Suivi-prescription et délivrance de traitement de substitution aux opiacés pour les patients suivis.

[Voir la fiche détaillée](#)