© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour l'entourage

consommation de cocaine

Par Profil supprimé Posté le 19/10/2015 à 11h08

Bonjour, j'aurais besoin de conseils concernant une personne de mon entourage consommatrice de cocaïne.

Je n'ai appris que très récemment ce qu'elle faisait mais je souhaite l'aider à s'en sortir.

Je suis la seule à personne à qui elle parle encore dans ses proches et j'ai prévu de la rencontrer cette semaine.

Ma plus grosse angoisse est de savoir comment aborder le sujet sans la braquer et lui faire comprendre que je souhaite qu'elle s'en sorte.

1 réponse

Moderateur - 23/10/2015 à 14h29

Bonjour,

Il serait intéressant de savoir d'une part pourquoi est-ce à vous en particulier qu'elle en parle et d'autre part ce qu'elle cherche ou demande en vous en parlant. Cette personne émet-elle des doutes sur sa propre consommation ? Trouve-t-elle que cela va trop loin ou au contraire banalise-t-elle ce qu'elle fait ? En fonction de la réponse nous ne sommes pas dans la même situation.

Pour aborder le sujet avec elle sans la braquer il ne faut tout d'abord pas la juger. Pas de "c'est mal". Il ne faut pas non plus lui proposer la solution ou croire que pour arrêter il suffit de ne pas en prendre. C'est toujours plus compliqué que cela. Je vous conseille plutôt d'ouvrir le dialogue pour qu'elle en parle et que vous soyez à son écoute. Peut-elle vous dire ce qu'elle fait et comment elle se sent ? Ce n'est qu'après que vous saurez mieux si vous pouvez faire quelque chose ou non.

Sachez, vous l'entendrez souvent, qu'on ne peut pas se mettre à sa place, décider à sa place d'arrêter. Avant qu'elle en arrive à une telle décision il lui aura fallu sans doute cheminer longuement. Ce n'est que ce jour-là que vous pourrez lui apporter une aide réellement "active". En attendant ce qui l'aidera peut-être c'est justement d'avoir quelqu'un à qui en parler, un interlocuteur avec qui elle joue franc-jeu. Pour l'aider continuez à lui offrir votre amitié.

Cordialement,

le modérateur.