Vos questions / nos réponses

comment aider un proche

Par Profil supprimé Postée le 02/09/2018 21:53

> j'ai decouvert depuis peu que ma soeur prend de la cocaine comment je peux aborder le sujet avec elle ?

Mise en ligne le 05/09/2018

Bonjour,

Nous ne savons pas dans quelle circonstance vous avez fait cette découverte ni ce que vous avez appris exactement des consommations de cocaïne de votre sœur. Nous ne savons pas non plus quel type de relation vous entretenez avec elle, si vous êtes proches ou si au contraire vous avez du mal à communiquer habituellement toutes les deux.

Ce sont des éléments importants qui peuvent orienter votre manière d'aborder le sujet avec elle, il n'y a en effet pour cela, pas d'attitude ou de parole ”standard”. Rester simple et naturel est souvent le meilleur moyen d'aborder les sujets difficiles. D'une manière un peu générale tout de même, les grands écueils qu'il est conseillé d'éviter sont le jugement, la morale, tout ce qui peut finalement fermer le dialogue au lieu de l'ouvrir.

Quelle que soit la manière dont vous allez vous y prendre, il ne faut pas oublier que votre sœur restera libre de vous en dire plus ou non, et, le cas échéant, d'accepter votre aide ou non. Mais encore une fois, sans plus d'éléments il est difficile d'aller plus loin dans notre réponse.

Nous comprenons que vous puissiez vous sentir inquiète ou mal à l'aise pour lancer cette discussion. Si vous souhaitez en échanger plus directement et plus précisément avant de le faire, n'hésitez pas à nous recontacter. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Cordialement.