

Forums pour l'entourage

## A bout de souffle

Par Profil supprimé Posté le 30/07/2020 à 08h48

Bonjour,

Alors voilà je viens vers vous concernant mon grand frère de 29 ans. Ça fait environ 14 que lui et moi nous nous parlons lui. Mr fume du shit et de la beuh pratiquement toute la journée et plus les années passent ca consommation augmente et les violence verbale et physique augmentent.

Il ma envoyé 1 semaine à l'hôpital, mon ex beau a reçu des coup de ca par, ma mère commence à faire une dépression... On beau aller voir la police ne fait rien la seule chose qui mon dit cest faut que y ai du sang pour qu'ils agissent... Ca sera déjà trop tard... Je demande pas qu'il aille en prison car ça n'arrangera rien je veux juste qu'il se fasse aider soigner.

J'aimerais avoir des renseignements et des solutions car nous ne savons plus quoi faire personne ne veux nous aider et on peux plus vivre dans cette peur.

Merci.

## 1 réponse

---

Moderateur - 30/07/2020 à 10h22

Bonjour Grenouillemk,

On vous l'a sans doute déjà dit : il ne sera possible de le soigner que s'il veut bien se soigner. Cela dépend notamment d'un déclic de sa part dont on ne sait pas ce qui va bien pouvoir le provoquer.

Mais en attendant, comme vous le dites, vous êtes "à bout de souffle". Et nous comprenons bien que quand vous dites "vous" ce n'est pas que vous. Cela concerne aussi votre mère et d'autres membres de votre famille. Il faut donc que vous puissiez, les uns les autres, souffler un peu.

Nous ne connaissons pas la situation précisément ni "ce qui" et "ceux qui" le retiennent chez vous (si vous habitez bien ensemble) mais c'est peut-être le sujet qu'il faut mettre sur le tapis. Vous avez besoin de tranquillité et de sécurité alors réunissez peut-être un conseil de famille pour mettre cela sur la table. N'est-il pas temps de lâcher votre frère (tant qu'il sera dans cette violence du moins) et de le mettre dehors ? Si cela arrivait et même s'il ne sera pas content votre frère trouverait probablement des ressources pour se faire héberger ailleurs. En d'autres termes lorsque vous dites que vous êtes "à bout de souffle" cela signifie que vous devez arrêter d'essayer de trouver des solutions pour lui pour vous occuper au contraire de vous.

C'est difficile mais entendons-nous bien : il ne s'agit pas de le rejeter mais bien de dire "stop", à votre niveau, à cette violence et à vous en protéger. Dites-lui bien que s'il veut se soigner et se faire aider sincèrement votre

famille le soutiendra mais qu'en attendant vous ne pouvez plus continuer comme cela et que donc - si c'est la décision que vous prenez collectivement - vous l'éloignez.

Vous avez l'impression que personne ne veut vous aider. A vrai dire personne ne pourra vraiment vous aider si votre demande est que l'on aide votre frère alors que celui-ci ne veut pas être aidé. Par contre, vous pouvez être reçus par des professionnels des addictions pour parler de la situation, être conseillé et soutenu pour que cela se passe mieux à votre niveau. C'est-à-dire qu'ils peuvent vous apporter une aide par rapport à votre propre mal-être mais ne résoudront pas le problème de votre frère sans sa collaboration. Cependant cela peut faire pour vous (et votre mère, et votre famille) une différence importante si cela parvient à faire que vous n'êtes plus "à bout de souffle".

Je vous invite à venir en parler sur notre ligne d'écoute (0 800 23 13 13, appel anonyme et gratuit, 7j/7 de 8h à 2h) ou par chat pour une première démarche. Nos écoutants pourront vous donner les coordonnées d'un centre susceptible de vous recevoir en tant que proche d'un consommateur de drogue. Vous pourrez y rencontrer gratuitement des professionnels des addictions pour plusieurs entretiens qui vous aideront à essayer de changer ce qu'il est en votre pouvoir de changer.

Courage, il peut être difficile de trouver de l'aide mais cette aide existe. Parfois il suffit de formuler autrement la question : par exemple comment je vais m'aider moi-même (et mes proches) pour aller mieux malgré la situation plutôt que comment peut-on aider une personne qui ne veut pas d'aide.

C'est parfois en apportant des changements à son niveau ou au niveau de la famille, en prenant la responsabilité de ses propres besoins, qu'on arrive aussi à faire bouger les choses au niveau de la personne concernée par le problème d'usage de drogues.

Cordialement,

le modérateur.