

## ATTITUDE

---

Par Sablena Postée le 31/01/2021 11:46

Bonjour, quelle attitude dois je avoir vis à vis de mon compagnon. Il essaye d'arrêter la drogue. Il a arrêté le cannabis il y a 1 mois et occasionnellement il prend de la cocaïne, 2 mois qu'il y avait pas touché et là il a craqué sans raison. Il a soit disant peur de me perdre et souhaite tout arrêté mais je ne sais pas comment l'aider concrètement. Il veut bien aller voir un professionnel pour l'aider. Je suis tout le temps en train de le surveiller, je n'ai pas confiance en lui, il promet de ne pas me mentir... mais je sais qu'il peut re craquer. Dois je m'eclipser un peu jusqu'a ce qu'il me prouve qu'il essaye de s'en sortir ou dois je rester avec lui le plus souvent possible ? Car nous avons chacun notre habitation. Pour le moment il fuit un peu ses potes qui consomment mais je ne sais pas comment il va réagir et s'il va résister à la prochaine tentation. Il dit qu'il a besoin de moi mais j'avoue je ne sais plus comment réagir. A vouloir le sauver j'ai l'impression de me perdre. Merci d'avance pour votre aide. Sabrina

---

### Mise en ligne le 01/02/2021

Bonjour,

Nous comprenons bien que votre position soit délicate et que souhaitez faire le meilleur choix pour lui et son arrêt de consommation.

Néanmoins, vous ne pouvez pas mettre de côté vos ressentis ni vos besoins, au risque de le lui reprocher par la suite. Vous nous dites d'ailleurs avoir l'impression "de vous perdre", ce qui est un sentiment très fort et dommageable. Lui seul a la responsabilité de ses consommations et de l'arrêt de celles-ci.

Si vous sentez le désir et la nécessité pour vous de prendre de la distance, il est important de vous respecter pour mieux l'aider dans les moments où vous vous sentirez plus disponible pour le faire.

Rien ne vous empêche de prendre de la distance provisoirement tout en lui indiquant des adresses de professionnels ou d'espace de soutien, comme notre service par exemple. Il existe également des centres de soin, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) dans lesquels il est possible d'être suivi régulièrement et accompagné dans un arrêt.

Bon courage à vous,

---