

Forums pour les consommateurs

## hypnose? addictologue? Votre avis

Par Cathy50 Posté le 06/10/2023 à 08h00

Bonjour à tous et à toutes,

Je vous écris car mon copain consomme de la coke dès qu'on se voit pas (donc environ 3 soirs semaine, je crois qu'il est à 3 grammes/semaine) depuis le confinement environ. On vit pas ensemble.

Au début, j'étais très inquiète et très agressive (je l'ai découvert il y a un an, il me l'a caché pendant 1 an et n'y connaissant rien, j'avais rien vu. Qd j'ai compris, j'ai paniqué, substance inconnue, "danger", etc.), il se mettait lui-même chaque fois des ultimatum (telle date/le début des vacances/etc.) pour arrêter, y croyant (à moitié mais qd mm), sauf qu'en fait, jamais une seule de ces dates n'a été respectée. Mm quand on part plusieurs semaines en vacances et qu'il en prend pas et qu'il en a pas, et que ça lui manque visiblement pas du tout, il en reprend directement dès qu'il revient. Réflexe. Habitude. etc.

J'ai progressivement changé d'attitude car le culpabiliser/le contrôler/l'agresser ne sert à rien (c'est pire car du coup il me ment, ce que je veux pas), mais je me sens désemparée car rien n'avance. Et que ça a un impact sur son attitude/sa libido/ses envies générales et sa santé (en + il est plus tt jeune).

Lui me dit qu'il veut arrêter, qu'il se demande chaque fois pourquoi il en prend encore, qu'il réalise qu'il a mm plus les effets + (ça le rend complètement mou, accro à sa TV alors qu'à la base, c'est un dynamique plein de passions), mais en mm temps, j'ai l'impression qu'il n'y a pas encore "assez" de mauvais effets pr qu'il voit l'urgence d'arrêter (je suis tjs là/il a plein d'amis/il travaille/etc.).

Ma question est la suivante: il m'a parlé à pls reprises qu'il voulait voir un hypnotiseur (il refuse les approches médicales du type addictologue dans un centre spécialisé - ne se considérant pas comme un 'cocainomane' - à tort selon moi mais j'imagine que ça fait partie du déni).

Comme j'en peux plus de cette situation, je veux lui proposer des contacts (mm si je sais que ça doit venir de la personne elle-même, etc.);

Avez-vous vu des 'praticiens', et quelle méthode vous a aidée? Hypnose? Psychiatre? Addictologue? Autre?

Je serais très intéressée d'en savoir + sur ce qui vous a paru efficace/aidé/etc.

Un grand merci pour votre retour,

## 2 réponses

---

Moderateur - 09/10/2023 à 08h57

Bonjour Cathy50,

Même s'il est conseillé d'aller voir des professionnels des addictions, je crois que si votre copain a envie de tenter l'hypnose alors il faut commencer par là. Ce qui contribue au succès d'un soin c'est que la personne qui le demande et le reçoit soit en adéquation avec ce qui lui est proposé et que le thérapeute sache nouer une alliance thérapeutique avec son patient.

Si l'hypnose ne fonctionnait pas au moins cela permettrait d'ouvrir la voie à une autre solution. Il faut peut-être qu'il en passe par là pour accepter de se rendre dans un centre d'addictologie.

Mais la première chose à faire c'est de faire le pari que l'hypnose puisse fonctionner sur lui.

Cordialement,

le modérateur.

Nigalli - 10/10/2023 à 13h28

Bonjour

Si effectivement votre homme est réceptif à l'hypnose ce sera un bon début de commencer par là, sachez que j'ai plusieurs amis qui ont été aidés par ce genre de pratique qui peut être efficace en 1 séance mais parfois ça peut aller jusqu'à une dizaine de séances pour s'avérer efficace, il faut qu'il ait envie de le faire mais vous dites qu'il veut arrêter alors trouvez vous un bon praticien de l'hypnose et faites le essayer, qui ne tente rien n'a rien! Il faudra persévérer!

A bientôt