

## AIDER UNE PERSONNE QUI N'ADMET PAS QU'ELLE EN A BESOIN

---

Par Profil supprimé Postée le 03/04/2011 12:45

Bonjour,

Mon frère âgé à ce jour de 30 ans fume de l'herbe depuis l'âge de 16 ans. A l'époque, cela restait assez occasionnel mais depuis sa rupture avec sa petite amie, les décès de deux proches qu'il aimait beaucoup survenus il y a plus de deux ans, la situation s'est empirée.

Il ne travaille plus, se coupe du monde, fume tous les jours et depuis peu, s'est mis également à boire. Il est en état dépressif.

Il vit chez mes parents qui sont épuisés par cette situation et de mon côté, je ne sais pas comment apporter de l'aide à mon frère afin qu'il s'en sorte et que mes parents puissent enfin vivre leur vie. Mais quand on aborde le sujet, il se braque, même lorsqu'il est dans un de ses "bons jours". Il n'admet pas que quelque chose ne va pas, qu'il ne devrait pas vivre ainsi et que notre objectif, à mes parents et moi, est qu'il soit enfin heureux. A une période, il consultait un psychologue mais a mis fin à ces consultations. Il refuse toute aide et nous ne savons pas quoi faire. Si nous attendons trop, nous craignons qu'il finisse par avoir un accident, par se faire du mal, d'une manière encore plus dramatique. Nous ne pouvons plus attendre...

Mais comment aider une personne qui refuse la main qu'on lui tend?

Merci d'avance pour vos conseils,  
Laurely

---

### Mise en ligne le 04/04/2011

Bonjour,

Il est précisément difficile, pour ne pas dire impossible, d'aider une personne "qui refuse la main qu'on lui tend". Comme vous le soulignez, votre frère semble ne pas aller bien, suite peut être à cet enchaînement de ruptures, de deuils... Il se peut qu'il ait recours de manière régulière au cannabis et maintenant à l'alcool en réaction à ces événements douloureux qu'il pourrait avoir du mal à surmonter.

Ni vous, ni vos parents ne pouvez décider à sa place de son mode de vie, de sa manière d'affronter les difficultés et encore moins de sa capacité à être "heureux". En la matière, chacun fait comme il peut et en fonction des ressources encore disponibles.

Pour que quelque chose change dans la vie de votre frère, il est impératif en premier lieu qu'il en ait envie. Il en est ainsi également du côté des prises en charge, que ce soit auprès d'un psychologue en libéral ou dans un centre de soins spécialisés dans le traitement des dépendances, il faut qu'il soit volontaire dans la démarche.

Il est extrêmement dur de voir un de ses proches aller mal et encore plus dur de faire avec ce sentiment d'impuissance que vous semblez éprouver. Vous pouvez évidemment continuer à lui faire part de vos craintes et l'encourager à consulter ou reconsulter, l'objectif étant qu'il arrive à mettre des mots sur son éventuel mal-être.

Sachez que la plupart des centres de soins spécialisés en addictologie prévoient un accueil et un accompagnement pour les personnes de l'entourage qui, comme vous et vos parents, se sentent démunis devant un proche en souffrance. Comme pour les usagers de substances, les consultations y sont gratuites et confidentielles. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées des deux centres installés à Aulnay sous bois.

Vous pouvez également, si vous le souhaitez, nous contacter au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h).

Cordialement.

---

### POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITÉZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

---

#### CENTRE MUNICIPAL DE SANTÉ DE BALAGNY: CSAPA BALAGNY

2 rue du Limousin  
93600 AULNAY SOUS BOIS

Tél : 01 48 79 41 06

Site web : [www.aulnay-sous-bois.fr](http://www.aulnay-sous-bois.fr)

Secrétariat : Du lundi 9h-12h30 13h30-17h30 mardi et jeudi 7h30-13h 14h-17h15 mercredi 10h-12h 13h-17h30 vendredi 9h-12h30 fermé l'après-midi et samedi matin de 8h-13h30

Substitution : Suivi et prescription de substitution dans le cadre d'un programme déjà établi, délivrance en pharmacie.

**Accueil du public : Plages horaires de consultation sans rendez-vous : mardi, jeudi, samedi de 8h à 9h et mercredi de 10h à 11h  
- Autres horaires sur rendez-vous**

[Voir la fiche détaillée](#)