Vos questions / nos réponses

La tentation

Par Profil supprimé Postée le 28/04/2011 14:21

> Bonjour, je suis un toxicomane (Héroïne) sous traitement de substitution (métadone) depuis deux ans et il m'arrive encore aujourd'hui d'avoir quelques prises du produit. Dernièrement j'ai eu des difficultés à recevoir quelques relations amicales car elles viennent le plus souvent avec du produit alors qu'elles savent que je ne veux pas mais elles le font quand même sachant mon désir de sevrage.
> Comment se positionner par rapport à une relation amicale qui serait susceptible de rapporter de la drogue, à la maison?

Mise en ligne le 29/04/2011

Bonjour,

Lutter contre une dépendance nécessite de mettre en place différentes stratégies pour éviter les tentations (vous préserver un maximum) et instaurer des changements dans votre vie. Pour accueillir ces changements, vous allez être amené à faire le deuil de certaines de vos anciennes habitudes et conduites. Changer d'environnement relationnel peut faire partie de ces changements. Comme vous l'évoquez, fréquenter des amis toxicomanes peut raviver l'envie de consommer des produits avec eux d'autant plus s'ils ne respectent pas votre démarche de sevrage et ne vous y encouragent pas.

Peut être pourriez- vous réfléchir à ce que vous apportent ces personnes en dehors de la possibilité de consommer du produit et si leur présence est encore indispensable dans votre vie.

Il se peut que pour l'instant, vous n'ayez pas d'autres amis, mais cela peut être dû au fait que vous soyez justement dans une phase de changement. D'autres rencontres pourraient être favorisées par de nouveaux centres d'intérêt et activités.

Vous souhaitant une bonne continuation.

Bien cordialement.
