Vos questions / nos réponses

je veux l'aider

Par Profil supprimé Postée le 21/12/2011 16:35

> Bonjour,
> J'ai une amie, elle a 24ans, qui a beaucoup de problèmes depuis plusieurs années (familiaux, religieux, orientations). Il y a quelques année elle fumait du cannabis et prenait parfois d'autres drogues. Ses problèmes ayant refait surface, elle a commencé par boire, puis a fumer, puis fumer du cannabis, et dernièrement elle a pris de la cocaïne. Pour moi ça a été la goûte d'eau qui a fait débordé le vase. Elle veut arrêter mais me dit souvent "je n'arrive pas" et que ça l'aide. Elle me promet a chaque fois de faire des efforts et de ne pas recommencer mais je me rend compte que c'est de pire en pire. Je lui ai promis de l'aider, et de ne pas la lâcher, mais c'est difficile car je suis seule. SVP donnez moi une solution, elle se détruit de plus en plus.

Mise en ligne le 29/12/2011

Bonjour,

Nous comprenons votre désarroi et votre inquiétude.

D'abord, sachez qu'il est difficile voire impossible de faire arrêter quelqu'un de consommer s'il ne le désire pas.

Si vous souhaitez aider votre amie, il convient d'être à l'écoute de ce qu'elle peut exprimer par rapport à ses consommations. Il est essentiel de comprendre quelles sont les raisons pour lesquelles elle consomme.

Une première aide que vous pourriez lui apporter serait donc de tenter d'aborder les raisons qui pourraient expliquer sa consommation régulière ; il s'agirait de comprendre à quoi cela vient "répondre" comme, par exemple, s'apaiser ou moins penser à certaines choses (contrariétés, soucis). Ses consommations peuvent être en lien avec un climat familial difficile ou une période de stress, de doutes que votre amie traverserait, ce que vous avez d'aiileurs bien identifié ici car vous parlez de certains "problèmes" ayant refait surface ...

Il faut essayer de l'amener à évoquer son mal être afin de réellement comprendre ce qui la lie à ce produit. Par cette démarche il s'agit qu'elle ne se sente pas jugée afin qu'elle puisse parler d’elle.

Le fait que vous soyez présente au côté de votre amie est le meilleur soutien que vous pouvez lui témoigner. En effet, vous pouvez l'aider en valorisant sa démarche, lui montrant ainsi votre volonté de l'aider. Il est important qu'elle puisse se sentir soutenue et en confiance. Le conseil que nous pourrions vous donner serait de continuer, si vous le souhaitez, à être disponible et attentive à ses besoins. Vous faîtes déjà le maximum, croyez nous, cela n'a l'air de rien mais c'est très important !!

La prise de conscience d'un probléme de dépendance peut prendre du temps .. il faut savoir être patient et ne pas se décourager ou se démotiver dans le soutien que vous pouvez lui apporter. Parfois, un recours à des professionnels peut être utile. Nous vous mettons en lien, un lieu de soin qui accueille aussi bien les usagers que leur entourage (parents, famille, amis ..). La prise en charge y est anonyme et gratuite.

Enfin si vous le souhaitez, vous pouvez également communiquer nos coordonnées à votre amie si jamais elle avait envie de joindre l'un de nos écoutant au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7 et de 8h à 2h) pour y trouver une écoute ou du soutien.

Toutes nos excuses pour cette réponse si tardive due à des problèmes d'effectifs.

Bien à vous .

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

Centre Hospitalier Saint Esprit : Csapa

Route du Petit Bourg
97270 SAINT ESPRIT

Tél : 05 96 77 31 83
Accueil du public : Sur rendez-vous: du lundi au vendredi de 8h à 15h

Voir la fiche détaillée