

## AIDER UNE AMIE

---

Par Profil supprimé Postée le 28/04/2012 08:44

Une de mes plus proches amies, a testé de l'ecstasy il y a quelques mois. Elle en avait plus touché depuis, il y a quelques semaines elle est sortie avec une amie qui en consomme et en a donc repris. Elle fume du cannabis régulièrement, depuis qu'elle est sortie avec un "junkie". En ce moment elle est en Hollande, dans sa ville natale, un de ses amis d'enfance consomme de l'ecstasy et autre drogues dures. Elle arrive à m'en parler, donc je pense qu'elle se rend compte qu'elle commence à être dépendante. Mais elle a du mal à l'accepter, car pour elle c'est se montrer faible que d'être dépendante. Quoiqu'il en soit je ne sais pas trop comment réagir, je lui ai fait la "morale" (mais çà n'a jamais vraiment marché sur elle pour plusieurs trucs) et maintenant je me montre prévenante pour qu'elle sache que je suis là si elle veut en parler etc. La dernière fois elle m'a avoué qu'elle n'avait pas osé me dire qu'elle était défoncée lors de notre dernier échange sur facebook parcequ'elle avait peur que je l'engueule. Alors que je le ferais jamais et qu'elle le sait, je me demande si elle devient pas parano =/  
Quoiqu'il en soit, j'espère que vous avez réussi à me suivre, je voulais savoir ce que je peux faire concrètement. Elle rentre début Juin en France mais repartira faire ses études en Hollande à la rentrée prochaine. Et çà me fait très peur. En vous remerciant par avance.

---

Mise en ligne le 02/05/2012

Bonjour,

Votre message laisse penser que vous êtes proche de votre amie et que vous arrivez à discuter toutes les deux de sa situation, de vos sentiments, d'une bonne ligne de conduite - ce que vous appelez « morale »... Ces éléments sont la clé d'une relation « saine » puisque basée sur l'écoute et l'entre-aide.

Ceci-dit, vous semblez être inquiète pour elle, en ce qui concerne ses consommations, ses relations, son éloignement géographique et les répercussions que cela pourrait avoir sur votre amitié. En effet, l'« épisode » Facebook peut venir témoigner d'une certaine prise de conscience de la réalité. Si votre amie ne vous a pas dit qu'elle était sous effet de produit lors de votre échange Tchat, nous pouvons supposer qu'elle connaissait votre réaction étant donné que vous aimeriez qu'elle arrête de consommer. Ce n'est qu'avec du recul qu'elle vous en a parlé, lorsqu'elle s'en sentait capable.

Au vue de ces éléments, nous pouvons penser que votre amie est dans un « entre deux », à la fois elle a envie de prendre des produits et en même temps elle sait que cela n'est pas constructif pour elle.

Nous vous conseillons donc d'engager le dialogue par exemple sur les effets qu'elle recherche en consommant de l'ecstasy, du cannabis ou autre ; dans quel but les prend-t-elle et comment serait-il possible de faire autrement pour obtenir ses effets ?...

Puisqu'elle rentre en France en juin, vous pouvez aussi lui parler des lieux de consultations gratuits et confidentiels pour les jeunes consommateurs. Nous vous transmettons les coordonnées d'une structure proche de chez vous. Cela permet de faire le point sur sa consommation et essayer de comprendre ce qui se passe, sans forcément être dans une logique d'arrêt. Vous pouvez l'accompagner si elle le souhaite ou rencontrer vous-même les professionnels, puisqu'ils reçoivent également l'entourage.

Il est également important de se dégager des produits pour savoir comment votre amie va de manière plus générale, tout en conservant et partageant des moments de complicité toutes les deux.

Il faut savoir que vous ne pouvez rien « faire concrètement » car elle seule peut décider de s'interroger sur elle, d'arrêter ou non ses consommations, ces choix lui appartiennent. Cependant, vous pouvez l'amener à, par le biais de vos échanges, ce que vous semblez faire aujourd'hui.

N'hésitez pas à nous recontacter (mail ou téléphone) si vous souhaitez parler davantage de cette situation et des répercussions que cela peut avoir chez vous.

Bien cordialement.

---

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

---

### OPPELIA LE TRIANGLE : CSAPA

18, rue de Bouillé  
44000 NANTES

Tél : 02 40 48 48 58

Site web : [www.oppelia.fr/le-triangle-nantes](http://www.oppelia.fr/le-triangle-nantes)

**Accueil du public : Consultations sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h30-12h30 et de 14h-17h30 Mardi ouvert uniquement de 9h30 à 12h30.**

**Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur rendez-vous au 32 quai de Versailles à Nantes - Contact au 06 73 13 10 89.**

**Substitution : Initialisation et délivrance de traitement de substitution dans le cadre d'un suivi médico, psycho-social.**

[Voir la fiche détaillée](#)