© Drogues Info Service - 6 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Aider un(e) ami(e) à arrêter de se droguer

Par Profil supprimé Postée le 22/02/2013 12:24

> Slt j'aimerais avoir des conseils pour aider une amie à arrêter de fumer - comment dialoguer et trouver les bons mots pour réussir à en parler, comment l'empêcher de se re-droguer etc. Voilà, si vous avez des conseils pour m'aider à l'en empêcher, ce serait super cool :-)

Mise en ligne le 25/02/2013

Bonjour,

Il n'existe pas vraiment d'argument qui, "à coup sûr", permettrait d'empêcher un proche de se droguer. Vous pouvez faire part à votre amie de vos inquiétudes, des risques liés à ses consommations mais vous pouvez également l'encourager à vous en dire d'avantage sur les motivations de ses consommations. C'est aussi en fonction des raisons pour lesquelles elle consomme que vous pourrez trouver des "arguments" pour l'aider à réfléchir, à requestionner ses pratiques.

Encore une fois, il n'y a pas vraiment de "bons mots" et de "mauvais mots", l'important restant de pouvoir aborder le sujet librement, avec le moins de jugement possible et dans une tentative de compréhension des choses.

Cordialement.