

Vos questions / nos réponses

## Quelle attitude adopter?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 13/10/2014 19:45

Bonjour,

Mon petit ami a 32 ans, il est toxicomane depuis l'âge de 15 ans. Je le connais depuis 6 mois. L'année dernière, il a eu un infarctus suite à une dose trop importante de méta amphétamines. Il consomme surtout de l'héroïne en snif, mais aussi de la coke et d'autres produits.

A la suite de son infarctus, il a décidé de s'arrêter, donc il a été pris en charge médicalement.

Lorsque je l'ai rencontré il ne prenait plus de drogues, il a un traitement de substitution (méthadone).

Mais voilà, lorsque ses parents viennent lui rendre visite pendant un mois, cela doit déclencher un processus inconscient, il replonge, d'abord dans un état dépressif qui le conduit à reprendre des drogues, opérant un cercle vicieux: drogue-culpabilité-dépression.

Il a arrêté le suivi psychologique.

Voilà ma question:

Je voudrais savoir quelle attitude adopter lorsqu'il est dans ces états dépressifs et lorsqu'il replonge. Je ne le juge pas, je lui ai dit que je suis là pour l'aider s'il en a besoin mais que l'impulsion doit venir de lui.

Parfois j'ai envie de m'énerver quand je le retrouve comme un "légume" mais je ne pense pas que ce soit la solution.

Pas de soucis pour moi, je ne me sens pas entraînée dans son auto destruction ni sa dépression.

Je voudrais savoir vraiment quelle attitude avoir avec lui pour l'aider un maximum?

Est ce qu'il est possible de consulter un professionnel de la santé pour poser ce genre de question in vivo?

Merci pour votre réponse.

---

**Mise en ligne le 20/10/2014**

Bonjour,

Votre ami semble être dans une grande souffrance, sa longue toxicomanie en est l'illustration.

Son mal-être est peut-être en lien avec une histoire familiale qu'il n'a pas encore pu exprimer autrement que par la consommation de différents produits.

Pourtant vous l'avez rencontré à un moment où il ne consommait plus et cela indique sa capacité à se passer de drogues. Il s'agit aujourd'hui de l'aider à retrouver cette motivation tout en évitant, comme vous le faites, de le juger. Nous comprenons votre envie de vous énerver quelquefois car il est difficile d'assister, impuissant, à l'autodestruction d'un proche. Mais comme vous le dites cela risquerait de le faire se replier davantage sur lui-même.

Comme vous le rapportez très bien votre aide ne sera efficace que lorsqu'il sera prêt.

Nous vous encourageons à conseiller à votre ami de reprendre ses soins. Il nous semble également nécessaire d'envisager un suivi psychologique pour l'aider à surmonter cette période de déprime.

Vous pouvez effectivement vous-même consulter un professionnel de la toxicomanie au titre de l'entourage pour être écoutée, soutenue et conseillée sur la manière la plus appropriée pour l'aider. Nous vous avons mis quelques adresses de centres situés dans votre ville de résidence pour les contacter.

Vous pouvez également nous contacter par tchat (en dehors des week-ends) en vous connectant sur notre site ou nous appeler sur notre ligne au 0800 23 13 13 (gratuit et anonyme depuis un poste fixe tous les jours entre 8h00 et 2h00 du matin) pour être ponctuellement soutenue, écoutée, conseillée et aidée.

Bien cordialement.

---

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

---

### **[Le Zinc : Consultation jeunes consommateurs du CSAPA Arc en Ciel](#)**

23 boulevard Pasteur  
**34000 MONTPELLIER**

**Tél :** 04 99 23 45 04

**Site web :** [www.amtarcenciel.fr/zinc.php](http://www.amtarcenciel.fr/zinc.php)

**Accueil du public :** Accueil collectif sans rendez-vous : Les mercredi, jeudi, vendredi de 13h30 à 18h et individuel sur rendez-vous de 9h à 18h du lundi au vendredi (sauf mardi matin)

[Voir la fiche détaillée](#)