

Vos questions / nos réponses

## Comment aider une amie ?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 22/08/2015 19:24

Bonjours, suite a une rupture difficile un amie a moi c'est réfugiée dans le cannabis. Cependant sa consommation n'arrete pas d'augmenté et elle se met a fumée seul. Récemment elle s'est mise a tester des champignons. Comment la convaincre d'arrêté?

Elle as perdu tout ses amis sauf une sorte de hippie qui la pousse a fumé de plus en plus et l'entraine sur la pente glissante des drogues de plus en plus dur en lui fessant croire que cela permet d'être libre.

Que faire ? dois-je prévenir quelqu'un ? ( ses parents le savent deja mais ne réagisse pas) si oui qui?

dois je me séparer d'elle comme mes amis l'ont fait ?

---

**Mise en ligne le 28/08/2015**

Bonjour,

Tout d'abord, nous vous présentons nos excuses pour le délai de notre réponse.

Voir un ami aller mal et sombrer dans une dépendance est une expérience douloureuse. Vous souhaitez l'aider et c'est une réaction assez naturelle. Néanmoins, comme vous avez pu le constater, on ne peut pas aider quelqu'un qui refuse de l'aide. Ainsi, tant qu'elle n'aura pas pris conscience elle-même des dangers qu'elle encourt et des dommages des produits sur sa vie, elle ne voudra certainement pas arrêter.

Ceci dit, c'est entre autre grâce aux personnes de l'entourage que cette prise de conscience peut avoir lieu. Le fait que vous lui exprimiez votre inquiétude peut l'empêcher de trop banaliser cette consommation et de fait, participer au cheminement qu'elle va mener. Vous pouvez aussi l'aider en étant soutenante sur son mal-être, car une consommation de drogue ne s'installe pas par hasard. Vous pouvez également lui dire qu'il existe des structures où elle pourra être aidée, de manière confidentielle et gratuite, quand elle le souhaitera. Ces mêmes lieux proposent d'aider les usagers à faire le point sur leur consommation.

Vous demandez si vous « devez » vous séparer d'elle. On n'est jamais obligé de rien dans ce cas. C'est à vous de décider ce que vous pouvez supporter ou pas, et si vous arrivez encore à passer de bons moments ensemble.

Si vous avez d'autres questions, vous pouvez nous contacter par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8 h à 2 h du matin).

Cordialement.

---