© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Le Déni et la patience.

Par Profil supprimé Postée le 25/11/2017 16:03

Bonjour,

Mon ami consomme de l'alcool quotidiennement, de la cocaïne une a deux fois par semaine et souvent d autres substances MDMA, Extasy etc. Sa consommation a beaucoup diminué depuis notre rencontre mais elle persiste depuis des années.

Il refuse de considérer son comportement comme addictif.

Je lui ai demandé de consulter un psychologue car sa situation personnelle est instable et plutôt precaire et nous en souffrons tous les deux.
Il a accepté mais je ne sais pas si j'aurai la force de l'accompagner et de l'aider.

Est-il vraiment possible de changer ce type de comportements et de ne plus etre addict?
Comment faire pour l'aider sans me sentir responsable. Il me dit souvent qu'il n'y arrivera pas sans moi.

Merci pour votre aide.

Mise en ligne le 27/11/2017

Bonjour,

La polyconsommation de votre ami est peut-être en lien avec l’instabilité et la précarité de sa situation personnelle qui l’affectent et vous affectent également.

Vous dites qu’il est dans le déni et pourtant il a accepté de consulter un psychologue et vous rapportez que depuis votre rencontre sa consommation a beaucoup diminué. Ce sont deux points positifs qu’il est important de considérer.

Nous mesurons qu’il peut être pénible de vivre auprès d’une personne dépendante mais il faut constamment garder à l’esprit que votre ami est l’acteur de son bien-être et de sa santé. Il faut que lui-même se dise vouloir changer, et pour lui. C’est seulement après qu’il le fera pour ceux qu’il aime et qui l’aiment.

Nous observons que vous l'aidez déjà et nous ne pouvons que vous suggérer à continuer mais dans la limite de ce que vous pouvez faire. De plus, un peu de recul ne serait peut-être pas inutile, bien au contraire,cela pourrait peut-être vous aider à vous réoxygéner pour avoir un autre souffle, un autre regard.

Nous vous conseillons pour ce faire le soutien familial qui est une aide exclusive à la famille, aux proches, aux conjoints. Ce sont des professionnels qui vous accueilleront et vous conseilleront. Il s'agit de médecins, d'addictologues, psychologues, psychiatres, etc…L'accueil est gratuit et bienveillant. Nous vous avons mis en bas de page quelques adresses de centres sur Paris.

Si vous souhaitez reprendre tout cela avec nous contactez nous par tchat via notre site (gratuit et anonyme) du lundi au vendredi de 14h00 à minuit ou au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, gratuit et anonyme) tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin.

Bien cordialement.

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

CSAPA SOS 75 Site : Monceau

7 rue Albert Samain
75017 PARIS

Tél : 01 53 20 11 50
Site web : www.groupe-sos.org/structure/csapa-monceau/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12H00 et de 13h00 à 17h15
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12H00 et de 13h00 à 20h00 (sauf les 1ers et 3emes jeudi du mois, le matin). Ne pas hésiter à renouveler l'appel en cas de non réponse.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous pour les jeunes à partir de 11 ans jusqu'à 25 ans avec ou sans entourage.

Voir la fiche détaillée

CSAPA Pierre Nicole : Centre Vaucouleurs

3 rue de Vaucouleurs
75011 PARIS

Tél : 01 55 28 94 00
Site web : www.pierre-nicole.com
Secrétariat : Lundi : 14h-20h00 - Mardi au jeudi de 10h-13h et de 14h-18h et vendredi jusqu'à 17h00
Accueil du public : Consultation sur rendez-vous : Lundi de 10h-13h et de 14h-20h - Mardi 9h-12h et de 14h-18h - Mercredi et jeudi de 10h-13h et de 14h-18h et vendredi jusqu'à 17h00

Voir la fiche détaillée

CSAPA La Corde Raide

6, place Rutebeuf
75012 PARIS

Tél : 01 43 42 53 00
Site web : www.udsm-asso.fr/les-structures-adultes
Secrétariat : Lundi: 9h-17h30 - Mardi: 9h-18h - Mercredi: 13h-20h - Jeudi de 9h-19h00 - Vendredi de 9h-13h.
Accueil du public : Consultation sur rendez-vous du lundi au vendredi
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur place et sur rendez-vous avec/sans entourage. Permanence au Quartier Jeunes (4 place du Louvre 75012 Paris): le mercredi une fois par mois, l'après-midi, destiné aux personnes entre 15 à 30 ans : sans rendez-vous.
Substitution : Délivrance de traitement de substitution aux opiacés. L'unité est ouverte: lundi 8h45-13h et de 14h-16h30- mardi de 10h45-13h et de 14h-16h30- mercredi 14h-17h30- Jeudi de 11h15-13h et de 14h-18h et Vendredi de 9h à 12h30.

Voir la fiche détaillée