© Drogues Info Service - 7 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Comment faire ?

Par Profil supprimé Postée le 15/11/2018 13:52

Bonjour comment faire pour aider une personne qui pense qu'elle n'a pas besoin d'aide ?

Mise en ligne le 16/11/2018

Bonjour,

Nous comprenons bien votre embarras dans une situation de consommation que nous devinons problématique tant il est effectivement compliqué d'aider une personne qui n'a pas conscience ou bien qui ne souhaite pas d'aide.

Il pourrait être intéressant de réfléchir au type d'aide que vous lui proposez, sur ce qui fait matière à la discussion et ce qui fait opposition.

Si le sujet de la discussion tourne autour de la consommation uniquement, il n'est pas impossible effectivement que le sentiment de cette personne soit qu'elle n'a pas besoin d'aide, considérant que sa consommation n'est pas le problème mais plutôt la "solution" qu'elle a trouvée pour s'apaiser par exemple. Il y a alors un grand décalage entre le regard porté sur la consommation de l'usager et celui du proche.

D'où l'intérêt peut-être de se décaler de la question de la consommation pour réfléchir à l'état moral de cette personne au regard de sa vie familiale, sociale, professionnelle, et affective ; aux raisons qui la conduisent à consommer, ce qu'elle attend du produit,…

Cela pourrait vous permettre de mieux comprendre cette consommation, d'évaluer l'aide que vous pourrez lui apporter sur les sujets qui la fragilisent et ce, en fonction de la place que vous occupez à ses côtés, de vos capacités et de vos propres limites.

Pour dire les choses encore autrement, il y a de multiples façons d'aider. Le soutien est une aide, le fait de dire qu'il est possible de compter sur vous est déja une aide, donner la possibilité à la personne de parler de

son malêtre est encore une aide, l'accompagner dans des démarches administratives en est encore une autre, lui proposer de nous appeler est aussi une aide, ce sont des exemples parmi d'autres possibles, et comme vous le voyez, l'aide ne porte pas forcément et directement sur la consommation de drogues.

Nous vous joignons un lien ci-dessous qui vous apportera quelques pistes de réflexion supplémentaires.

Si vous souhaitez évoquer la question sous forme d'échanges, vous pouvez nous contacter de façon anonyme et gratuite 7 jours sur 7 au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat de 14h à minuit.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Comment aider un proche