© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Herbe/dépression ?

Par Profil supprimé Postée le 31/12/2010 09:42

Bonjour,
...G 34 ans, divorcée et 2 enfants en résidence alternée... Je fume depuis ma séparation, 10 ans env, g découvert cette nlle vie bien joyeuse à mes 25 ans...par le biais de mon nouvel ti ami de l'époque...Il en était accroc et suis rentré dedans sans même m'en rendre cpte... Tout était cool, découverte en découverte...joie de vivre...insoucience...que du bonheur!!!...Pi.... g réalisé petit peu par petit peu que notre consommation était excessive...que je n'étais pas tjs moi même...que je prenais des claques que j'apréciais de - en -... G même délaissé qqx mes enfants au profit d'une journée létahargique dodo/bédo...pas de koi etre fière!!!... bref... j'en ai parlé à ce chéri, qui lui, ne voyait pas ça comme ça.... l'histoire n'a pas durée...Séparation dure et g continué à fumer seule.... Il y a 2 ans, j'ai entrepris un projet immobilier qui me donnait la force de m'éloigner de tout ça... c'était pour moi la solution pour quitter cet environnement amical bédo et me prouver que j'étais capable de démarrer une nlle vie loin de tout ça...faire une grosse croix sur le passé et démarrer avec stabilité... Ce projet a abouti il y a quelques mois ... pi... maintenant que je devrais être supère contente...ben non!!! je suis resté 3 semaines sans fumer... prise par l'aboutissement du projet...pi...plus fort que moi!!!... JE l'ai rappelé..il m'a revendu...nous nous sommes revu...j'ai refumé... seule... pi...kan g pas mes enfants beaucoup...le rituel du soir est revenu...même fais une soirée défonce avec lui il ya quelques jours...j'me dégoutte!!!...je suis de + en + léthargique...rien ne me fait envie...tout me demande un effort...j'arrive même plus à me lever pour aller taffer.....C l'effet de l'herbe ou bien je fais une dépression?
Seules les enfants me coupent de ce cercle infernal....est ce vraiment leur role??!!!...1 semaine de vie solitaire à fumer, pleurer, dormir et me forcer et une semaine de vie de maman...ou je fume moins mais ...kan même!!..
La solution serait d'arrêter...comment? je sais même pas si j'en suis capable tellement ça fait parti de ma vie...cet échappatoire à la solitude ne fait que l'accentuer au jour d'aujourd'hui...je ne me rappelle même plus comment on vit sans...

Mise en ligne le 31/12/2010

Bonjour,

Votre consommation de cannabis a démarré dans un cadre relationnel, convivial qui vous apportait joie de vivre et insouciance. Cela signifie t-il à cette époque que le produit venait déjà alléger un quotidien et apporter un certain sentiment de bonheur qui ne vous aurait pas gagné naturellement ?...

Toujours est-il que cette consommation a pris beaucoup de place dans votre vie, jusqu'à l'installation d'une véritable dépendance psychologique.
Comme vous le dites bien, le cannabis vient combler la solitude, et apporte son lot de démotivation et de repli sur vous même.
Pouvoir distinguer ce qui était de l'ordre d'une dépression sous-jacente au préalable ou des effets induits ou entretenus par votre consommation, n'est pas vraiment de notre ressort dans cet espace de questions-réponses.

En revanche des lieux de consultations gratuits en rapport avec votre situation, existent et sont tout à fait apropriés pour vous soutenir dans vos difficultés.
Vous trouverez des adresses indiquées au bas de cette page.

Ne vous culpabilisez pas inutilement, mais appuyez vous plutôt sur ces professionnels pour vous aider à aller mieux.

Si vous le souhaitez, nos écoutants de Drogues Info Service sont également à votre disposition au 0800 23 13 13 (tous les jours de 8h à 2h du matin, ligne gratuite et anonyme depuis un poste fixe).

Bien à vous

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

CSAPA de Bernay - Adissa Groupe SOS Solidarités

33 bis rue Lobrot
27300 BERNAY

Tél : 02 32 62 89 25
Site web : www.groupe-sos.org/structure/adissa/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
Accueil du public : Lundi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h, mardi de 8h30 à 12h et de 13h à 18h, mercredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, jeudi de 8h30 à 13h et de 14h à 17h30, vendredi de 8h30 à 13h et de 14h à 18h
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous le mardi après-midi

Voir la fiche détaillée

CSAPA - Association Addictions France 27

9 rue Dulong
27000 EVREUX

Tél : 02 32 62 02 21
Accueil du public : Lundi, mardi, mercredi, vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, jeudi de 13h30 à 19h.
Secrétariat : Lundi, mardi, mercredi, vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, jeudi de 13h30 à 17h30.

Voir la fiche détaillée

Csapa les Andelys - ADISSA-Groupe SOS solidarités

72 rue du Maréchal Leclerc
27700 LES ANDELYS

Tél : 02 32 62 89 22
Site web : www.groupe-sos.org/structure/adissa/
Accueil du public : Lundi 9h-13h et 14h-18h et mercredi: 9h-13h et 14h-17h
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations jeunes et entourage sur rendez-vous
Secrétariat : du lundi au vendredi 9-13h et 14-17h

Voir la fiche détaillée

CSAPA de Val de Reuil - ADISSA-Groupe SOS solidarités

7 rue Septentrion
27100 VAL DE REUIL

Tél : 02 32 62 89 24
Site web : www.groupe-sos.org/structure/adissa/
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h
Accueil du public : Mardi et vendredi 9h-12h / 13h-17h. Mercredi 13h-17h
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations jeunes et entourage sur rendez-vous aux horaires d'ouverture

Voir la fiche détaillée

CSAPA

64, route de Lisieux
Centre Hospitalier de la Risle
27500 PONT AUDEMER

Tél : 02 32 41 65 78
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Consultat° jeunes consommateurs : le mercredi de 14h à 17h, rue de l'étang à Pont Audemer.
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Voir la fiche détaillée