© Drogues Info Service - 28 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Comment vos proches peuvent vous soutenir dans l'arrêt du cannabis?

Par Profil supprimé Posté le 11/10/2015 à 11h30

Je m'explique j'aime beaucoup mon homme et vient de prendre une decision tres difficile le choix d'arreter le Cannabis. Il est a plus de 10 joints par jour dès le reveil il debute le premier.
Aujourdhui plus rien passage par pallier mais les gros symptomes du sevrage apparaissent.
Le soir lenvie est là et de ce fait c tres dur, il est succeptible à cran et ne sais pas quoi dire ni faire.
Chaque jour, je le soutien, l'encourage mais quand il est desagreable jtourne vite les talons car ca me rend triste et m'atteind.
Vous attendez quelles paroles, soutien....?

2 réponses

Profil supprimé - 13/10/2015 à 21h04

Bonsoir, en tant qu'aidant effectivement c'est pas facile...je suis en sevrage actuellement et pour le peu de personnes qui sont au courant, ce qui m'aide c'est déjà quand ils me répètent le courage nécessaire pour arrêter (ça peut faire bébé mais au moins on se dit "oui c'est vrai je suis courageux (se) et donc j' ai de la valeur et je dois continuer) et aussi lui rappeler tous ses projets, ses envies, qui ne sont pas réalisables sous canna...bon courage à vous deux

Profil supprimé - 14/10/2015 à 19h15

Merci Ju5162 pour ta reponse.
Oui je lui repete souvent car pour moi je sais qu'il gere bcp de choses mais 100x mieux sans Canna.
Il est moins dans son coin et ca c beaucoup.
Non c pas bebe mais juste savoir qu'on a de la reconnaissance effectivement c important.
Il est à 1 sem sans bedo et il le ressent moins dur que ce qu'il imaginait.
Je te souhaite tout autant de tenir et te reconstruire cette nouvelle vie.Bon courage.