

COMMENT ARRÊTER POUR LES MAUVAISES RAISONS

Par **Profil supprimé** Posté le 22/03/2018 à 18h57

Bonjour, bonsoir,

Je suis une grosse fumeuse depuis près de 4 ans. Je dirais que la principale raison pour laquelle je fume c'est que j'aime vraiment ça ; je ne peux pas m'en passer quand je suis seule mais je n'ai aucun problème à ne pas fumer pendant plusieurs heures/jours si la situation ne le permet pas.

J'ai fini par recevoir un appel de la gendarmerie il y a quelques mois, et pour faire court, je m'en suis tirée avec un stage de sensibilisation à payer de ma poche plus je ne sais quoi dans mon casier judiciaire qui disparaîtra dans 3 ans si il ne se passe rien. Je tiens à dire cette histoire m'a révoltée du début à la fin, j'ai été traitée comme une grande criminelle et on m'a en plus raconté n'importe quoi, tout ça pour dire que ça ne m'a absolument pas motivée pour arrêter.

J'ai donc continué ma petite routine, jusqu'à ce que je reçoive l'autorisation pour conduire accompagnée. Je suis une personne respectueuse des autres, et je n'ai évidemment jamais conduit en ayant fumé le jour même, j'y suis toujours allée les idées parfaitement claires.

Toujours est-il que l'idée d'être contrôlée et positive au cannabis, surtout après avoir déjà eu des problèmes avec la justice, à commencé à me faire vraiment peur, non seulement pour mon permis mais aussi à cause de la "récidive" +voiture. Je ne sais pas pourquoi je crains un test urinaire inopiné, je sais qu'ils n'en font presque jamais, mais comme j'ai la poisse je m'imagine que ça va me tomber dessus.

La réaction logique serait d'arrêter le cannabis, mais honnêtement je ne l'avais jamais imaginé. Je n'arrête pas de me dire que, la poisse oblige, si j'arrête je ne serais jamais contrôlée et je m'en serai privée pour rien, et si je n'arrête pas je vais me faire choper. Quand je vois tous les gens complètement défoncés au volant, franchement, j'aurais vraiment les boules que ça me tombe encore dessus, alors que je suis une des rares personne à respecter son prochain.

Bref, je ne sais pas trop quoi faire, ni ce que j'attends de ce forum (à part remettre à plus tard mon premier joint de la journée), les économies que je pourrais faire ne me motivent pas, ma santé non plus. Je me sens contrainte d'arrêter à cause de lois que je suis loin (très très loin) de cautionner et ça me met vraiment en colère. Ceci dit si quelqu'un a des conseils je suis preneuse, merci

Ps : j'ai cherché partout un chat pour pouvoir en discuter en direct avec n'importe qui (parce que sur le numéro de tel donné, il ne se passe rien, ça sonne pendant des heures et à part m'énerver et encore me donner envie de fumer ça sert à rien) mais le chat de ce site ne fonctionne pas je sais pas pourquoi je sais pas si c'est normal, et je n'en ai trouvé aucun autre donc si vous avez un lien je suis preneuse aussi

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 27/03/2018 à 11h57

Salut acidvan !

A en suivre ma propre expérience (ex fumeur modéré au rythme de 3 - 6 joints/jours pendant env 5 ans, arrêt depuis 6 mois), je peux te dire que si ta motivation d'arrêt est une contrainte et non une motivation venant du plus profond de toi, tu as très peu de chances de renoncer au produit sur le long terme. Après, chaque individus réagit différemment face à cette drogue, mais pour ma part il m'a fallut 1 an et des dizaines de tentatives d'arrêts pour comprendre mon addiction et les raisons qui me faisaient replongées.

Je ne veux pas spécialement t'inciter à fumer mais si tu te fait contrôler et que tu sembles sobre, ils ne te feront pas un test urinaire, juste un test salivaire et en ayant pas fumé tes jours de conduite, tu ne seras pas positif.

La parano que cela te créé vient surement du join (pas du fait que ce soit illégal mais du produit lui même), si cette parano devient malade, fait un test pour arrêter quelques temps et noter les différences sur ton esprit qui s'avéreront peut être agréables.

L'envie de fumer un bon gros spliff ne disparaîtra pas tant que tu ne fera pas un travail psychologique sur toi même en prenant conscience que le join t'apporte plus de mal que de bien. (Encore une fois ça peut dépendre des personnes, je parle pour mon cas)

Excellente journée !
