FORUMS POUR L'ENTOURAGE

STOP AU CANNABIS

Par SRSR Posté le 07/09/2020 à 22h40

Bonjour,

Je viens vers vous désespérer car une proche consomme environ 10 joints/j depuis 2 ans, depuis qu'elle a perdu ses deux proches dans une période très courte (mère et frère). Elle a également perdu son papa. Pour oublier ses pertes, elle a décidé de fumer. J'ai envie de l'aider pour qu'elle l'arrête totalement pour ses enfants, ses amis et sa famille mais nada, elle m'écoute pas.... J'ai l'impression qu'elle n'a plus envie de vivre même si elle a une responsabilité derrière elle (ses gosses). En effet, pour qu'elle puisse arrêter le cannabis, son médecin psychiatre lui a hospitalisé pendant 3 semaines. Elle a donc arrêté un mois (ce qu'elle dit) et puis rebelote elle l'a recommencé.... Comment puis-je l'aider? l'inscrire dans un groupe de soutien? Sachant qu'aujourd'hui elle n'est pas prête pour l'arrêter .... Les pompiers font des aller-retours chez elle à cause de ses évanouissements . Dois-je parler/faire un truc pour elle. J'arrêtais pas à lui dire que ce n'est pas bien .... mais nada, niet, elle ne veut pas m'écouter... SOS solution conseils, rencontrez-vous le même problème? comment dois-je me comporter?

Merci d'avance pour vos retour,

Bonne soirée/journée,

SRSR

2 RÉPONSES

Moderateur - 19/10/2020 à 12h36

Bonjour,

La situation a-t-elle évolué depuis septembre ?

Si je puis me permettre cela ne sert à rien de dire à une usage de cannabis que "ce n'est pas bien". Votre proche a dépassé depuis longtemps le stade du jugement moral à ce sujet. Apparemment elle se sert du cannabis comme d'un refuge pour atténuer la douleur de la perte de ses proches. C'est comme une auto-médication dont elle a besoin. Ce n'est pas idéal mais c'est un mode d'usage fréquent. Dans ces circonstances, si l'arrêt n'est pas accompagné d'un soutien psychologique et d'une écoute, la souffrance ressurgit à plein et donc la tentation d'en reprendre. La rechute n'est donc pas une surprise.

Cependant il faut aussi noter qu'elle a un suivi, qu'elle a été hospitalisée pendant 3 semaines et donc que des choses ont été tentées. Ce n'est pas une situation totalement statique. Elle a sans doute elle-même essayé de faire des efforts mais sa souffrance est probablement encore trop grande.

Si vous souhaitez qu'elle puisse quitter ce mode d'auto-médication un jour nous vous conseillons non de vouloir la changer à tout prix mais d'essayer de l'aider là où cela créée des problèmes dans sa vie et surtout de l'écouter avec bienveillance. Elle a perdu récemment 2 proches et si elle arrivait un peu à exprimer sa souffrance sans doute que le cannabis deviendrait déjà un peu moins nécessaire pour elle.

Nous sentons que vous avez la volonté de l'aider et c'est très positif. Nous vous invitons alors à essayer de l'encourager à aller de l'avant, à vous mettre à son écoute, à l'aider à aller mieux peut-être avant d'envisager qu'elle arrête. Certes le cannabis "ce n'est pas bien" mais il se trouve que pour l'instant c'est sa solution pour essayer de supporter l'insupportable pour elle. Du moins tel que nous comprenons la situation à travers ce que vous en dites.

Avez-vous eu l'occasion d'appeler notre ligne d'écoute pour essayer d'en parler ? Cela pourrait peut-être vous permettre de trouver des idées et des pistes pour la soutenir. De ce soutien viendra sans doute, plus tard, l'envie chez elle de quitter le cannabis.

Cordialement,

le modérateur.

mae - 27/10/2020 à 00h41

Bonjour,

Votre témoignage est très touchant. C'est terrible de voir à quel point l'entourage peut souffrir de ce genre de comportement. J'ai eu une forte addiction au cannabis et je suis quasiment sortie de là. Cette addiction a été largement boosté par la perte d'un proche.

D'un point de vu extérieur, j'aurais tendance à vous conseiller d'essayer de faire le travail d'une psychologue. J'ai pu personnellement réaliser que mon addiction était due au fait que je ne m'autorisais pas a aller bien, car aller bien pour moi été synonyme d'abandonner mon proche décédé. Ce besoin inconscient d'aller mal été finalement ma manière de ne pas couper le lien avec cette personne.
Pour votre amie, vous pourriez lui demander simplement si elle maintient ce état de mal être pour ne pas rompre avec ses proches disparus par exemple.

Dans l'idée, essayer (comme le ferez un psychologue même si évidemment ce ne sera pas facile) de comprendre pourquoi elle fume ? pourquoi elle aime être dans cet état second ? comment elle définit cet état lorsqu'elle fume ?

Lorsqu'elle vous répond, ne juger pas immédiatement la réponse, essayez de creuser encore avec la question "pourquoi". Evidemment, prenez votre temps avec les questions, ne les poser pas toutes la même soirée mais plutôt au compte goutte et de manière informelle. Elle n'aura surement pas elle même les réponses à ces questions immédiatement.

J'espère que vous trouverez la force d'aider votre amie,

Bon courage à vous