TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

J'ESSAYE D'ARRETER LE CANNABIS

Par Azrael40 Posté le 26/01/2021 à 16:33

Bonjour a tous avant de commencer j'aimerais dire que c'est la première fois que je m'inscrit sur un site/forum j'ai hésite un moment mais je me suis sentis prêt a le faire .

Alors voila j'ai 22 ans et je fumes du cannabis (weed ,shit) je fumes depuis maintenant 7 ans j'ai commencé au lycée pour faire comme tout le monde .Au début tout aller bien je fumé de temp en temps c'était pas excessif mais ensuite j'ai commencé a fumer le matin avant d'aller en cours au pauses le soir .

Ensuite j'ai quitter le lycée j'ai eu mon CAP dans la restauration je suis partis travailler direct après la fin du lycée j'ai continuer a fumer du matin au soir mais ca me déranger pas j'arriver encore a garde un semblant de vie sociale le problème c'est que maintenant je me noie .

J'ai écris sur un papier les problèmes que m'ont apporter le cannabis :

Vie sociale quasi inexistante
Parano
Me sentir mal dans la rue
Peur du regard des gens
Tristesse
Augmentation de mon manque de confiance en moi (qui était déjà la avant de commencer a fumer)
Je ne lis plus j'ai du mal a me tenir a mes projets

Bref des symptômes qui je l'espère sont fréquent car c'est quand même décevant de voir que j'en suis arriver la mais j'ai réellement envie d'arrêter j'ai déjà baissé ma consommation je suis passer de 8-9 joint a 4-5 certains diront que c'est rien mais je trouve que c'est déjà un progrès mais je suis bloquer je ne sais pas comment faire pour tout arrêter alors voila pourquoi je suis venus ici vous raconter tout ca pour demander de l'aide et aider les gens qui sont dans ma situation ou des situations biens pires .

Alors voila si quelqu'un a des conseil ou astuces je suis preneur.

Une bonne journée