© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Comment avouer...

Par Profil supprimé Posté le 13/11/2019 à 18h15

Bonjour/bonsoir

Cela fait 6 ans que je fume du cannabis, dont 5 ans quotidiennement. Je me bat depuis 2 mois pour arrêter et j'en suis à ma 2ème semaines sans fumer, j'en suis fière et ne compte pas craquer. Les premiers jours étaient long et vraiment chiant, entre des nausées, mal au cou, stresse, mal être, état dépressif etc... Mais j'ai vraiment envie d'arrêter le THC.
J'avais commencer à fumer vers fin collége et je n'ai jamais arrêter, ça me faisait bcp de bien, je pouvais enfin me couper du monde et être détendue avec moi même. Cependant, mtn que j'ai 19 ans, je vois les séquelles que cela m'a causé et je vois les problémes que j'ai voulus cacher. Je n'ai pas envie de stoper cette petite habitude que j'avais et qui me faisait bcp de bien, alors j'ai fais des recherches sur le CBD.
Et je pense avoir trouvé ce qu'il me fallais car je ne cherche plus à être défoncée mais à me détendre après une journée de cours remplis ou le week-end devant un film, car rien ne me suffit.

Le probléme, c'est que j'ai goutée à plus fort que cette drogue douce dans le passé : MD, exta, Champignons et presque cocaïne réalisant la connerie que j'allais faire. Mais c'est du passé et je n'y ai pas touchée depuis 8 mois. Ce n'étais pas de grandes quantités mais c'était plus d'une fois et suffisant pour m'abîmer...

J'aimerai bien que quelqu'un me donne conseil pour avouer tout cela à mes parents et surtout le fait que j'aimerai me mettre au CBD pour me laisser le temps d'affronter ces problémes cachés.

Merci d'avoir lu et de prendre le temps de me répondre, je suis assez perdue et j'avance comme je peu, comme tout le monde.

2 réponses

Profil supprimé - 14/11/2019 à 10h32

Tu te poses de bonnes questions, et bravo pour ta persévérance et ton courage.
Pour quelle raison veux-tu en parler à tes parents? Es-tu sûre que cela ne va pas te compliquer la vie?
As-tu envie de leur en parler parce que tu culpabilises de leur cacher ces différentes expériences?
Comment penses-tu qu'ils vont réagir? Par de la compréhension? Par de l'inquiétude?
C'est bien d'y réfléchir avant pour bien anticiper, et éventuellement de choisir le bon moment et la bonne manière d'en parler.
Peut-être pourrais-tu en discuter avant avec un ou une psy pour bien clarifier ton intention, et éventuellement te préparer à aborder le sujet avec tes parents.
Pour le CBD, peut-être pourrais-tu demander directement à un médecin, avant même d'en parler à tes

parents?

En tout cas, bon courage.

Dans quelques années, tout cela ne sera qu'un souvenir.

Profil supprimé - 14/11/2019 à 14h30

Merci bcp, ça me motive même si je pense qu'on doit se donner les moyens pour améliorer sont quotidien. Sinon, merci aussi de me poser toute ces questions, je ne savais pas si c'était une bonne chose de me les poser. Disons que je n'ai pas étais très tendre avec eux dans le passé, principalement par rapport à tout ça. Oui je culpabilise d'un autre part de leur cacher ces expériences qui ont prit une partie de ma vie, car j'ai l'impression de leur devoir la vérité.
Je pense qu'ils vont comprendre mais pas accepter, car ils m'ont déjà vu fumer, je leur ai avouer fumer en soirée ou de temps en temps quand j'étais au lycée (je me disais qu'avouer à moitié était un bon début). Le probléme c'et que j'ai réaliser leurs plus grandes craintes : être accro et toucher à la drogue dure.
Cela fait 1 an que j'y réfléchis et maintenant que j'ai arrété et l'envie de continuer, je me dis qu'il serait peut-être temps.Sinon ils le découvriront par eux même et je ne veux leur mentir...

Je n'ai pas vraiment le temps d'aller voir un/une psy, mais je n'avais pas pensée à demander conseille à un médecin pour le CBD, merci.

Merci beaucoup à vous de m'avoir répondu. Je l'espère sincérement, en tout cas je vais faire en sorte que oui
Bon courage à vous aussi !